

Alice Miller

Deșteptarea Evei

- Despre vindecarea orbirii emoționale -

Cuvânt înainte 2

Prolog: Să nu realizezi 6

I. Copilăria, mina de aur ignorată 11

Introducere 11

1. Medicamente în loc de cunoaștere 14

2. Ocolirea realității copilăriei în domeniul psihoterapiei 26

3. Pedepse corporale și »misiuni« politice 32

4. Bombe temporizate în creier 37

5. Tăcerea bisericii 41

6. Începuturile vieții – copilul vitreg al biografiilor 49

II. Cum se naște orbirea emoțională? 55

1. De ce dintr-odată furia? 55

2. Blocajele de gândire 57

I. Breșa spre propria istorie 70

Introducere 70

1. Evoluția cu ajutorul discuțiilor 71

2. Fără martori inițiați (drumul plin de suferință al unui analist) 79

3. Puterea tămăduitoare a adevărului 83

Epilog 94

Cuvânt înainte

Această carte nu este scrisă pentru oameni de specialitate, ci în primul rând pentru acei oameni care reflectează la propria lor viață și care sunt deschiși pentru idei noi. De aceea voi renunța aici la termeni psihologici de specialitate. Trei noțiuni pe care le-am dezvoltat în cărțile mele anterioare vor fi menționate însă în mod repetat și aici: “pedagogia neagră”, “martorul salvator” și “martorul inițiat”. Pentru cei care nu-mi cunosc cărțile, voi explica aici aceste concepte, pentru a le ușura înțelegerea textului care urmează.

1. Prin “*pedagogia neagră*” înțeleg acea educație care are ca scop frângerea voinței copilului și transformarea acestuia într-un supus ascultător, cu ajutorul exercitării deschise sau mascate a autorității, cu ajutorul manipulării și al șantajului.

În cărțile mele *La început a fost educația* și *Să nu realizezi* am explicat acest concept cu ajutorul multor exemple. În alte publicații am scos în evidență mereu ce urme lasă mentalitatea ipocrită a “pedagogiei negre” în gândirea și în relațiile noastre ca adulți.

2. Un “*martor salvator*” este pentru mine un om care apără un copil maltratat (indiferent cât de rar), care-i oferă sprijin, care compensează cruzimea ce definește existența zilnică a copilului. Acesta poate fi orice om din anturajul lui: un profesor, o vecină, fata în casă sau bunica. Foarte des martori salvatori sunt propriii frați sau surori. Acest martor este o persoană care îi oferă copilului bătut sau neglijat simpatie sau chiar dragoste, care nu vrea să-l manipuleze din motive educative, care are încredere în copil și îi mijlocește sentimentul că nu este o ființă rea și că merită să fie tratat cu amabilitate. Mulțumită acestui martor, care nu trebuie neapărat să fie conștient de rolul lui decisiv și salvator, copilul află că pe această lume există ceva care se numește dragoste. În cel mai bun caz el își formează încrederea în semenii lui și astfel poate conserva iubirea, bunătatea și alte valori umane.

Acolo unde martorii salvatori au lipsit, copilul a glorificat violența și adesea o aplică ulterior el însuși mai mult sau mai puțin brutal și sub același pretext plin de ipocrizie. Este semnificativ faptul că în copilăria unor exterminatori în masă precum Hitler, Stalin sau Mao nu a existat nici un martor salvator.

3. Un rol asemănător cu acela al martorului salvator în copilărie îl poate juca în viața adultului "*martorul inițiat*". Prin aceasta înțeleg un om care cunoaște însemnătatea consecințelor neglijării și maltratării copiilor. De aceea el le poate fi alături acestor oameni vătămați, le poate arăta empatie și îi poate ajuta să-și înțeleagă mai bine din perspectiva propriei lor istorii sentimentele încă neclare de teamă și neputință, pentru a-și putea exercita mai liber opțiunile adultului de azi.

Am introdus ambele noțiuni în cartea *Cunoașterea expulzată* și le-am dedicat un întreg capitol.

În categoria martorilor inițiați intră anumiți terapeuți, dar și profesori, avocați, consilieri și scriitori instruiți. Eu însămi mă consider o autoare care și-a stabilit ca țel printre altele să le mijlocească cititorilor informații care sunt încă foarte des tabuizate. Aș vrea să le ofer și specialiștilor diverselor domenii posibilitatea de a-și înțelege mai bine propria viață și prin aceasta să devină martori inițiați pentru clienții, pacienții, copiii lor și nu în ultimul rând pentru ei înșiși. Scrisoarea unui autor, din care voi cita câteva pasaje aici, dovedește că acest lucru este uneori încununat de succes:

»Dragă d-nă Miller,

Vă scriu această scrisoare și vă trimit CD-ul meu ca să vă mulțumesc pentru sprijinul și ajutorul pe care mi l-ați oferit de-a lungul multor ani. Am tradus în germană textele cântecelor mele, ca să le puteți citi în limba dvs. maternă.

Imi amintesc și acum că, atunci când urmările trecutului meu mă chinuiau cel mai tare, cărțile dvs. constituiau legătura mea cu realitatea. Ceea ce am aflat despre copilăria mea din textele cântecelor mele m-a șocat. Ceea ce mi-au dezvăluit acestea era de neînchipuit. M-am opus multă vreme conținutului lor și consecințelor care ar fi rezultat dacă l-aș fi acceptat. Întregul meu trup urla, dar eu nu înțelegeam de ce. Însă prin propriile mele texte, care trecuseră în mod intuitiv de cenzura mecanismului defensiv și ajunseseră în brațele muzicii, m-am apropiat de ceea ce voiam să-mi spun mie însumi. Experiențele prin care nu știam că am trecut s-au așternut încet în fața ochilor mei. Dacă în această situație foarte sensibilă nu aș fi venit în contact cu cărțile dvs., care-mi arătau într-un

mod atât de limpede că nu eram singur, nu știu cât timp aş mai fi reprimat tot ceea ce fiinţa mea interioară voia să îmi spună.

Sprijinul pe care l-am primit prin cărţile dvs. mi-a dat în final curajul să caut ajutor la un psihoterapeut, unde am lucrat mai departe cu ajutorul terapiei conversaţionale (*Gesprächstherapie*). În sfârşit am putut să împărtăşesc cuiva experienţele refulate şi să scot la lumină pas cu pas ceea ce ascunsesem de mine însumi silit de nevoie. Prin confruntarea cu oamenii care mă supuseseră abuzurilor am găsit confirmarea că amintirile mele emoţionale spuneau adevărul şi apoi a fost mai uşor drumul spre vindecarea autentică. Am avut totuşi oarecum noroc; cu un terapeut prost aş fi făcut un ocol şi aş fi pierdut mult timp; drumul înapoi este oricum foarte lung, iar scurtăturile sunt în acest context adesea amăgitoare.

Fără informaţiile mijlocite de cărţile dvs. nu aş fi putut accepta suficient ceea ce am recunoscut din mine însumi în ochii fiilor mei. M-aş fi pus mai des în calea libertăţii lor cu lipsa mea de libertate şi cu înscenarea izolării mele de odinioară. Mă bucur că am primit ajutor şi sprijin pentru a-mi regăsi drumul vieţii. Când sentimentele paralizante de vinovăţie din trecut ies la iveală şi-mi spun că nu am dreptul să trăiesc, iau o carte de-a dvs. şi citesc câte ceva din ea. Asta mă ajută să mă întorc la viaţă.»

În 1979, în *Tragedia copilului dotat*, am descris suferinţa copilului într-o lume care-i ignoră şi neagă sentimentele. Mulţi oameni şi-au descoperit datorită acestei evocări propria poveste, secretă până atunci şi pentru ei înşişi. În cărţile ulterioare am încercat să demonstrez că mecanismele de negare şi refulare a suferinţei copilului şi desensibilizarea rezultată din acestea, mecanisme pe care le-am descoperit mai întâi la pacienţii mei, sunt general valabile. Am putut demonstra urmele copilăriei în operele unor autori însemnaţi precum Kafka, Flaubert, Beckett, Picasso, Soutine, van Gogh, Keaton şi Nietzsche şi mulţi alţii şi am fost eu însămi surprinsă de această regularitate. Am găsit şi în copilăria tiranilor distrugători mereu aceeaşi schemă: abuzuri extreme, idealizarea părinţilor, glorificarea violenţei, negarea durerilor şi răzbunarea pe naţiuni întregi pentru cruzimea suferită odinioară, negată şi scindată în Sinele propriu (*abgespalten*).

Între timp problema maltratării copilului a intrat atât de mult în conştiinţa generală încât nu mai e nevoie să arăt acest lucru. Mai puţin cunoscut este însă faptul că ceea ce noi numim de obicei educaţie şi considerăm că este bun şi just

implică umilințe fatale care încă nu și-au făcut loc în conștiința noastră, deoarece la începutul vieții ni s-a făcut imposibilă această realizare. Prin aceasta ia naștere un cerc vicios al violenței și ignoranței. Descoperirile recente și captivante în domeniul neurobiologiei m-au ajutat să înțeleg și mai clar și să descriu cum funcționează cercul vicios pe care l-am recunoscut intuitiv:

1. Calea tradițională a educației, care include dintotdeauna pedepse corporale, duce la refularea suferinței și a umilinței.

2. Această refulare absolut necesară pentru supraviețuirea copilului cauzează mai târziu orbirea emoțională.

3. Orbirea emoțională produce bariere în creier ("blocaje de gândire") în scopul protecției împotriva pericolelor (adică împotriva traumatizărilor care au avut deja loc și nu mai există activ, dar care – fiind refulate – sunt codificate în continuare în creier ca pericol care pândește permanent).

4. Blocajele de gândire frânează capacitatea tinerilor și adulților de a învăța din informații noi, de a le prelucra și de a elimina programe vechi, depășite.

5. Corpul în schimb are memoria *completă* a umilințelor suportate, care îl împinge pe omul respectiv să cauzeze inconștient generației următoare răul suferit odinioară de el însuși.

6. Blocajele de gândire nu le permit, sau cel puțin le îngreunează oamenilor efortul de a scăpa de această repetare, cu excepția cazurilor când aceștia se hotărăsc să descopere în propria lor copilărie existența cauzelor constrângerilor. Întrucât asemenea decizii sunt mai degrabă rare, majoritatea oamenilor repetă ceea ce le-au spus "strămoșii", anume că toți copiii au neapărat nevoie de bătaie.

Rezultatele cercetărilor mele sunt formulate în această carte în așa fel încât fiecare are posibilitatea să le verifice și, dacă e cazul, să le infirme. Însă cartea vrea să ofere în primul rând impulsuri pentru ca fiecare să reflecteze asupra propriei vieți și asupra istoriilor neobișnuite ale familiilor noastre. Sper ca această carte să ofere informații care până acum nu au fost luate în considerare și care totuși ne pot ajuta să ne înțelegem mai bine pe noi înșine și anturajul nostru.

În *prima* parte a cărții («Copilăria, mina de aur ignorată») demonstrez cu ajutorul câtorva exemple cât de mult este evitată tema copilăriei, chiar și în domenii unde contrariul ar fi de așteptat.

În *a doua* parte («Cum ia naștere orbirea emoțională?») încerc, cu ajutorul noilor descoperiri din domeniul cercetărilor neurologice, să răspund la întrebarea

de ce după părerea mea această ocolire a tematicii copilăriei este atât de des întâlnită.

În *a treia* parte («Breșa spre propria istorie») descriu destinele unor oameni care au reușit să pătrundă până la originile lor și au avut numai de câștigat din aceasta.

Suprapunerea subiectelor pe ici pe colo în carte este inevitabilă, însă am încercat să urmez această linie principală.

Prolog: Să nu realizați

Încă din copilărie pentru mine geneza s-a concentrat pe mărul interzis. Nu puteam să pricep de ce le fusese interzis lui Adam și Evei să aibă acces la cunoaștere. Pentru mine cunoașterea și conștiința reprezentaseră întotdeauna ceva pozitiv. De aceea mi se părea illogic ca Dumnezeu să le fi refuzat lui Adam și Evei posibilitatea recunoașterii diferenței esențiale dintre bine și rău.

Revolta mea copilărească a durat ani de-a rândul, deși mai târziu am citit diverse interpretări ale genezei. În conformitate cu sentimentele mele am refuzat să consider supunerea o calitate, curiozitatea un păcat și necunoașterea de bine și rău ca o stare ideală, deoarece pentru mine mărul cunoașterii era promisiunea explicației răului și prin asta reprezenta mântuirea, deci binele.

Știu că există nenumărate explicații teologice pentru motivația deciziilor divine, dar în ele recunosc prea des copilul terorizat care încearcă să vadă toate acțiunile părinților ca fiind bune și dragăstoase, chiar atunci când nu le înțelege și nu le poate înțelege, căci motivele acelor acțiuni rămân și pentru părinți de neînțeles, aflate în întunericul propriei lor copilării. Astfel încât nu pot înțelege nici astăzi de ce Dumnezeu îi voia pe Adam și Eva în paradis numai cu prețul necunoașterii și i-a pedepsit cu atâta suferință pentru nesupunere. Eu nu mi-am dorit niciodată un paradis care condiționează fericirea de supunere și necunoaștere. Eu cred în puterea dragostei, care pentru mine nu înseamnă să fii cuminte și să te supui. Dragostea are legătură cu a-ți fi credincios ție însuși, istoriei proprii, a fi credincios propriilor sentimente și nevoi. Aici intră și dorința de cunoaștere. Dumnezeu voia evident să-i priveze pe Adam și Eva de această credință față de ei înșiși. Eu plec de la premiza că suntem capabili să iubim doar atunci când avem voie să fim ceea ce suntem: fără eschivări, fără măști, fără fațade. Putem iubi cu adevărat doar atunci când nu refuzăm și nu fugim de cunoașterea care ne este accesibilă, ci avem curajul să mâncăm mărul.

De aceea îmi vine și astăzi foarte greu să dovedesc toleranță când aud că trebuie să-i batem pe copii ca să fie »buni« ca noi și Dumnezeu să-i iubească. Așa stă scris în textele majorității sectelor religioase, dar nu numai acolo. Geneza ne-a împiedicat multă vreme să deschidem ochii și să recunoaștem că am fost induși în eroare. Următoarele exemple ilustrează ce preț plătim cu propria sănătate pentru interdicția de a ști.

De curând am primit o scrisoare de la un om pe care nu-l cunosc, care era de zeci de ani membru al partidului comunist și lucra în redacția unui ziar care propaga bagajele de idei ale multor filozofi marxiști. Cu ani în urmă, când începuse să citească unele cărți ale mele, a încercat să-și convingă colegii că violența și aspirația către putere sunt învățate din copilărie, iar tema educației prin violență trebuie pusă în legătură cu gândirea marxistă. S-a lovit de respingere totală și de ostilitate, în același timp însă a devenit tot mai sigur că se afla pe drumul cel bun pentru el însuși. În toți acești ani a suferit de artrită la genunchi, care îl împiedica să meargă. În clipa când s-a hotărât să redacteze declarația de ieșire din partid l-au cuprins spaima violente, care aveau în mod evident de-a face cu faptul că fusese părăsit în propria lui copilărie. După ce a trimis "scrisoarea de demisie", în decurs de trei ore i-au dispărut durerile de genunchi. Acest lucru i-a întărit convingerea că reușise să stopeze perpetuarea situației din copilărie și să renunțe la o dependență care odinioară îi oferise iluzia siguranței, dar care acum îl sufoca. Acest om a fost consternat de rapiditatea reacției corpului său la acțiunea lui, dar a știut că nu e vorba de o așa-numită »vindecare miraculoasă«, ci de consecința logică a eliberării din propria închisoare.

În medicină nu se mai neagă astăzi că trupul nostru stochează toate informațiile despre tot ce ni se întâmplă în viață; dar medicina nu știe decât foarte rar să descifreze această poveste. Și cu toate acestea constatăm că simptomele unor boli grave dispar atunci când ne reușește această tălmăcire.

Să luăm un alt exemplu: un bărbat care în copilărie a fost foarte umilit și maltratat fizic și care toată viața și-a idealizat părinții se îmbolnăvește la bătrânețe, când sistemul defensiv nu mai funcționează așa bine, de o boală grea. Mesajele sistemului cognitiv îi spun că în copilăria lui totul a fost bine, că el a trăit o perioadă fericită, de siguranță cu părinții lui. Sistemul organic îi semnalează însă exact contrariul. Ani de zile a luat medicamente, a făcut diverse operații, până când a ascultat sfatul unei interniste și s-a hotărât să înceapă să lucreze cu o psihoterapeută la capitolul emoțiilor.

Atunci a ieșit la iveală că acest om fusese supus unei dominații pline de violență în copilărie, față de care el închisese ochii timp de șaizeci de ani, până când a găsit curajul de a înfrunta adevărul. Atunci când corpul s-a însănătoșit, acest lucru le-a apărut multora ca o minune. *Când sistemul cognitiv susține contrariul a ceea ce este stocat indubitabil în celulele noastre, omul se află într-un permanent război cu el însuși. De îndată însă ce ambele instanțe au voie să știe același lucru, funcțiile normale ale corpului pot fi reluate.*

Dar să ne întoarcem la geneză. Imi amintesc cum în copilărie l-am pus pe profesorul meu în dificultate, deoarece nu încetam să pun întrebări care îi erau în mod vizibil neplăcute. În final, de mila lui, mi-am reprimat întrebările. Totuși ele reapăreau și reapar mereu, iar acum vreau să profit de libertatea de adult și să-i permit copilului din mine să rostească în sfârșit întrebările. Iată ce voia copilul să întrebe:

De ce a plantat Dumnezeu copacul cunoașterii binelui și răului în mijlocul grădinii paradisului, dacă nu voia ca cei doi oameni creați de el să mănânce din fructele lui? De ce și-a dus în ispită creaturile? De ce avea nevoie de așa ceva, din moment ce era Dumnezeu cel atotputernic, care crease lumea? De ce avea nevoie să-i forțeze pe cei doi oameni la supunere, dacă el era Dumnezeu cel atotștiutor? N-a știut că atunci când a creat omul a dat viață unei ființe care este curioasă și că a silit-o să-și nege propria natură? Dacă i-a creat pe Adam și Eva ca bărbat și femeie, care se completează sexual, cum a putut în același timp să pretindă ca ei să-și ignore sexualitatea? Și de ce ei ar fi făcut acest lucru? Și ce s-ar fi întâmplat dacă Eva nu mușca din măr? Atunci cei doi nu s-ar fi împreunat sexual și nu ar fi zămislit urmași. Ar fi rămas lumea fără oameni? Ar fi trăit Adam și Eva veșnic, singuri, fără copii?

De ce este procrearea indisolubil legată de păcat și actul nașterii de dureri? Cum este de înțeles faptul că pe de o parte Dumnezeu a planificat ca cei doi oameni să rămână sterpi, dar pe de altă parte geneza ne vorbește de păsările care se înmulțesc? Deci avea și Dumnezeu noțiunea de urmași. Mai departe se spune despre Cain că s-a căsătorit și a avut copii. De unde și-a luat o femeie, dacă nu mai erau pe lume decât Adam și Eva, Cain și Abel? De ce l-a respins Dumnezeu pe Cain când acesta și-a arătat gelozia? Oare nu Dumnezeu însuși a trezit în el pizma, preferându-l într-un mod atât de evident pe Abel?

Nimeni nu voia să-mi răspundă la aceste întrebări, nici în copilărie nici mult mai târziu. Lumea era indignată, căci puneam sub semnul îndoielii atotștiința și atotputerea lui Dumnezeu și simțeam că explicațiile care-mi erau

oferite erau ilogice și contradictorii. De cele mai multe ori mi se răspundea evaziv, de exemplu: Nu trebuie să iei totul textual, acelea sunt numai simboluri. Simboluri pentru ce? întrebam eu, dar nu primeam nici un răspuns. Sau mi se spunea: în biblie sunt și foarte multe lucruri adevărate și înțelepte. Nu negam asta. Dar de ce să accept și ceea ce simt că este ilogic? se întreba copilul.

Ce să facă un copil, orice copil, cu asemenea reacții? Copilul nu vrea să fie respins sau urât, așa că se supune. Asta am făcut și eu. Dar prin asta nevoia mea de a înțelege nu dispăruse. Neputând să-mi explic motivele lui Dumnezeu am căutat mai departe, ca să înțeleg măcar motivele acelor oameni care se declarau atât de ușor mulțumiți cu contradicții.

Oricât m-aș fi străduit, nu reușeam să găsesc nimic rău în ceea ce făcuse Eva. Dacă Dumnezeu i-ar fi iubit pe cei doi oameni, nu i-ar fi vrut orbi. Oare într-adevăr șarpele a ademenit-o pe Eva în "păcat" sau acela a fost însuși Dumnezeu? Dacă un muritor normal mi-ar arăta un lucru demn de râvnit și mi-ar spune că nu am voie să mă ating de el, asta mi s-ar părea o cruzime. Despre Dumnezeu nu avem voie însă nici să gândim acest lucru, darămite și să-l spunem.

Așa am rămas singură cu reflecțiile mele și am căutat în zadar un răspuns în cărți. Până am înțeles că imaginea transmisă de tradiție a lui Dumnezeu fusese creată de *oameni care fuseseră educați după principiile pedagogiei negre* (oameni de care biblia este plină), oameni pentru care sadismul, ispita, pedeapsa, abuzul de putere ținuseră de cotidianul copilăriei lor. Biblia a fost scrisă de bărbați. Trebuie să presupunem că acei bărbați nu avuseseră experiențe prea frumoase cu tații lor. Evident nici unul din ei nu avusese un tată care să se bucure de dorința de cunoaștere a copiilor lui, un tată care să nu pretindă imposibilul de la copii și care să nu-i pedepsească. De aceea au creat o imagine a unui Dumnezeu ale cărui trăsături sadice nu i-a frapat deloc. Dumnezeul lor născocise un scenariu plin de cruzime, le dăruise lui Adam și Evei pomul cunoașterii, dar le interzisese ca tocmai fructele acestuia să le mănânce, adică să devină oameni inițiați și autonomi. El urmărise să-i facă dependenți în totalitate de el. Un asemenea demers al unui tată eu îl numesc sadic, deoarece el conține plăcerea de a tortura copilul. Iar ca să pedepsești copilul și pentru consecințele sadismului tatălui nu are nimic de-a face cu dragostea, ci mai degrabă cu pedagogia neagra. *Dar așa i-au văzut inconștient scriitorii bibliei pe tații lor așa-zis iubitori.* În scrisoarea către evrei 12, 6-8, Pavel spune clar că pedeapsa cu bătaia ne dă siguranța că suntem adevărații fii ai lui Dumnezeu și nu bastarzi: »Căci Domnul pedepsește pe cine iubește, și bate cu nuiua pe orice fiu pe care-l primește. Suferiți pedeapsa:

Dumnezeu Se poartă cu voi ca și cu niște fii. *Căci care este fiul pe care nu-l pedepsește tatăl?* Dar dacă sunteți scutiți de pedeapsă, de care toți au parte, sunteți niște feciori din curvie, iar nu fii.»

În ziua de azi îmi pot imagina că oamenii care și-au trăit copilăria în respect, fără bătaie și umilințe, vor crede mai târziu, ca adulți, într-un alt Dumnezeu, un Dumnezeu care iubește, care ghidează, care explică și mijlocește orientare. Sau eventual vor putea trăi fără idealul divin și se vor orienta după idealuri care să reprezinte adevărata iubire.

În această carte eu mă identific cu Eva. Nu cu Eva cea infantilizată de tradiție, care ca și scufița roșie cea candidă din basm s-a lăsat ademenită de un animal, ci cu o Eva care a înțeles nedreptatea situației ei, care a refuzat porunca »Să nu știi«, care a vrut neapărat să înțeleagă în profunzime diferența dintre bine și rău și care a fost hotărâtă să-și asume întreaga responsabilitate pentru comportamentul ei.

Cartea de față expune descoperiri care mi-au devenit accesibile după ce am fost pregătită să urmez ceea ce-mi comunica trupul meu și în acest fel să-mi descifrez începuturile vieții. Călătoria în copilăria timpurie până la începuturile vieții mi-a dat posibilitatea de a descoperi multe mecanisme care sunt active în toată lumea și la alți oameni. Din păcate ele sunt recunoscute ca atare mult prea rar, deoarece porunca paralizantă »Să nu știi« ne împiedică să le conștientizăm.

După părerea mea nu numai că avem voie să știm, dar *trebuie* neapărat să știm ce este bine și ce este rău, pentru a ne asuma răspunderea pentru propria viață și pentru viața copiilor noștri. Pentru a scăpa de spaima copilului învinovățit și pedepsit, de teama fatală față de păcatul nesupunerii, teama care a distrus viețile atâtor oameni și care și astăzi îi ține legați de lanțurile copilăriei. Ca adulți ne putem elibera de aceste lanțuri cu ajutor adecvat, putem obține informații de importanță vitală și putem constata cu mulțumire că nu mai suntem constrânși să vedem un sens mai profund în ceea ce ne-au povestit educatorii și preoții mânați de propria lor frică. Atunci când renunțăm la acest efort, simțim cu mirare ușurarea că nu mai suntem copiii care trebuie să se chinuie să pătrundă logica mai profundă a ilogicului, așa cum încă procedează mulți filozofi și teologi (AM 1988a), deoarece ne-am luat ca adulți (în sfârșit) dreptul de a nu mai ocoli realitățile, de a refuza motivările lipsite de logică și de a ne rămâne credincioși propriei cunoașteri și propriei istorii.

Introducere

Se presupune că oamenii s-ar fi întrebat de la începuturile civilizației noastre de unde vine răul și cum poate fi el combătut. S-a intuit dintotdeauna că formarea răului începe în copilărie, dar uneori s-a considerat că acesta este opera diavolului sau, mai târziu, un impuls distructiv înăscut. Mult prea des se recomandau pedepse corporale și bătăi ca modalitate pentru alungarea răului și formarea unui caracter bun. Această părere este și astăzi des susținută. Nu se mai crede, ce-i drept, în basmul că diavolul ne pune copilul lui în leagăn și noi trebuie să-l creștem pe “drăcușor” foarte sever, dar se pornește foarte serios de la ideea că există gene care-i împing pe oameni spre delincvență. Și se caută aceste gene, cu toate că o asemenea ipoteză contrazice multe fapte. Nici unul din susținătorii acestei teorii a genelor nu a încercat de exemplu să demonstreze de ce, cu treizeci până la patruzeci de ani înainte de apariția celui de-al treilea Reich în Germania, conform acestei logici atât de mulți copii ar fi avut un material genetic prost și ar fi fost dispuși ca adulți să execute fără ezitare planurile lui Hitler.

Această concepție absurdă, dar existentă în mai toate culturile, că unii oameni vin răi pe lume, poate fi infirmată științific în ziua de azi. Și anume s-a dovedit că oamenii nu se nasc cu un creier complet dezvoltat, cum se presupunea până de curând, ci că experiențele din primele zile, săptămâni și luni de viață sunt decisive pentru structurarea creierului. O atenție plină de dragoste este indispensabilă pentru ca oamenii să-și poată forma printre altele capacitatea de empatie. Când aceasta lipsește, când copilul crește dimpotrivă cu maltratări și este desconsiderat, el își pierde această capacitate.

Sigur că oamenii vin pe lume deja cu o istorie, cu istoria celor nouă luni dintre concepție și naștere, și evident că sunt influențați genetic de părinți și familiile lor. Acestea pot fi hotărâtoare pentru temperamentul copilului, pentru înclinațiile, talentele și predispozițiile lui. Însă formarea caracterului depinde de ceea ce trăiește copilul încă de la începutul vieții, încă din pântecul mamei, dacă primește afecțiune, protecție, tandrețe și înțelegere sau are parte de respingere, răceală, lipsă de înțelegere, indiferență dacă nu chiar cruzime. De exemplu copiii care comit în ziua de azi crime au de regulă mame adolescente dependente de droguri. Lipsa legăturii sufletești, neglijarea și traumatizările sunt aici la ordinea

zilei (Karr-Morse și Wiley). Neurobiologii au descoperit în ultimii ani că la copiii traumatizați și extrem de neglijăți există leziuni clare în acele zone ale creierului care guvernează emoțiile, că până aproape o treime din creier poate fi vătămată. Știința explică acest diagnostic prin faptul că traumele severe provoacă la sugari producerea de hormoni de stres, care distrug atât din neuronii existenți cât și din cei nou formați. Importanța acestei descoperiri pentru înțelegerea formării copilului și însemnătatea urmărilor traumelor și ale neglijării sunt discutate prea puțin în literatura științifică, din câte știu eu. Dar cercetările confirmă pe deplin ceea ce eu am constatat acum douăzeci de ani prin alte metode, și anume prin analizele pacienților și lectura scrierilor pedagogice, și am descris în cartea *La început a fost educația*. Citez acolo din textele pedagogiei negre, în care se recomandă insistent ca încă din primele zile copilul să fie educat în spiritul supunerii și al curățeniei. Asta m-a ajutat pe mine (și mai târziu pe mulți cititori) să înțeleg cum a fost posibil ca oamenii din al treilea Reich (ca de exemplu Eichmann) să funcționeze fără cele mai mici scrupule ca niște mașini criminale perfecte. Oamenii care au devenit “executanții voluntari ai lui Hitler” aveau de reglat conturi foarte vechi, deoarece la vârsta de sugari și în copilărie nu putuseră reacționa adecvat în fața violenței la care fuseseră supuși. Nu »pulsivitatea morții« a lui Freud formează potențialul latent distructiv, ci reacțiile emoționale reprimare foarte devreme.

Faptul că sfaturile pline de cruzime ale unor pedagogi precum Daniel Gottlob Moritz Schreber au apărut în *patruzeci* de ediții în a doua jumătate a secolului XIX permite concluzia că majoritatea părinților au practicat cu bună credință bătăile recomandate acolo pentru obținerea supunerii copiilor. Copiii educați în acest fel au făcut treizeci de ani mai târziu același lucru cu copiii lor. Doar nu știau altceva. După părerea mea faptul că acești copii, născuți cu treizeci-patruzeci de ani înaintea holocaustului și dresați de timpuriu, au devenit mai târziu complicii lui Hitler este consecința educației foarte timpurii. Cruzimea suportată în copilărie i-a transformat în oameni dependenți care nu și-au putut dezvolta niciodată sentimentul de empatie pentru suferința altor oameni, iar în același timp aceeași cruzime i-a transformat în oameni în care ticăia o bombă cu efect întârziat și care așteptau inconștient ocazia potrivită pentru a-și descărca asupra altora mânia stocată pe care nu și-o putuseră exprima niciodată. Hitler le-a oferit acestor oameni țapul ispășitor »legal« asupra căruia au putut să-și reverse nepedepsiți sentimentele și nevoile de răzbunare pe care și le reprimaseră de timpuriu.

Cele mai noi descoperiri despre dezvoltarea creierului uman ar trebui să schimbe în scurt timp în mod radical modul cum ne purtăm cu copiii. Însă se știe că vechile obiceiuri sunt rezistente la nou. Avem nevoie în orice caz de legi clare și de multă muncă de informare până când tinerii părinți se vor elibera de povara tradiției și nu-și vor mai bate copiii – până când nu le va mai aluneca mâna automat, cunoștințele dobândite fiind mai puternice și mai rapide decât cea mână.

Aceste reflecții, pe care le-am prezentat mult mai detaliat în cartea *Drumurile vieții*, doresc să explice însemnătatea pe care eu o acord evenimentelor din primele zile, săptămâni și luni ale vieții copilului. Prin asta nu pretind că influențele ulterioare nu joacă nici un rol. Dimpotrivă, tocmai pentru un adult care a fost cândva un copil traumatizat este de o importanță vitală prezența oamenilor empatici. Dar acești oameni nu pot fi empatici decât dacă sunt informați despre urmările restriștei timpurii, fără a le bagateliza. Din păcate această sensibilitate este întâlnită rar, chiar și la “experți”.

Însemnătatea primelor luni pentru viața adultului a fost multă vreme ignorată chiar și în psihologie. Am încercat să fac puțină lumină în acest domeniu întunecat, ocupându-mă în diverse cărți de biografiile unor dictatori precum Hitler, Stalin, Ceaușescu sau Mao și demonstrând cum aceștia și-au regizat inconștient situația propriei copilării pe scena politică (AM 1980, 1988b, 1990, 1998a). Aici însă nu vreau să mă ocup de trecut, ci să fac o trimitere la practicile noastre prezente, fiindcă sunt convinsă că am putea fi mult mai productivi în multe domenii dacă am acorda importanța cuvenită factorului »copilărie«.

De ce oare această mină de aur care este copilăria este atât de des ignorată? Fiindcă oamenii se tem că vor descoperi amintiri dureroase în acest loc până acum necunoscut? Ezitarea este de înțeles, fiindcă propriul nostru trecut refulat ne poate ajunge din urmă de îndată ce încercăm să ne transpunem în situația unui copil. Mulți dintre noi nu vor să se expună niciodată acestui risc, nu vor să se mai simtă niciodată copilul mic și neajutorat care au fost. Dar ei nu bănuiesc câte bogății le-ar oferi tocmai această întâlnire cu copilul din ei, care le poate reda sentimentul de a fi în viață și sensibilitatea pierdute cândva.

Voi ilustra lipsa de interes pentru mina de aur care este copilăria prin șase exemple de domenii unde se presupune de fapt contrariul: acestea sunt medicina, psihoterapia, politica, pedepsele cu închisoarea, educația religioasă și cercetările biografice.

1. Medicamente în loc de cunoaștere

Întotdeauna mi se pare foarte concludent să intru într-o farmacie și să văd cum oameni bătrâni primesc o pungă plină cu medicamente prescrise de medicul casei. Uneori îi întreb dacă medicul a discutat cu ei și despre viața lor sau numai despre boală. “Asta-i bună!” mi se răspunde de cele mai multe ori. “Nu are timp de discuții, sala de așteptare este mereu plină și în plus la ce bun? Important este să știe și să cunoască ce boală am.” Uneori îi întreb dacă au discutat cu altcineva despre viața lor, primind ca răspuns: “Ce anume vreți să știți? Mai demult mă duceam la muncă și nu aveam timp pentru discuții, acum aş avea timp, dar cui îi pasă de viața mea? Fiecare trebuie să se descurce singur.”

Da, fiecare dintre noi trebuie să ne descurcam singuri, dar cu toate acestea ne-ar face bine și ne-ar ajuta tocmai dacă la bătrânețe am putea vorbi cu cineva despre copilăria noastră. Tocmai la bătrânețe, când puterea fizică și siguranța slăbesc, omul devine deosebit de receptiv la așa-numitele »Flashbacks« de pe vremea când era un copil neajutorat. Se prea poate ca el să se agațe de medicamente așa cum odinioară se agăța de mama lui, de la care aștepta disperat ajutor. Se prea poate ca acest surogat simbolic să le fie de folos unora, însă el nu poate înlocui interesul unui alt om pentru viața pacientului. Iar pentru acest interes nici nu ne trebuie atâta timp cât am putea crede. Dar avem nevoie de o ușă deschisă spre propriul nostru trecut pentru a realiza că nu poți înțelege o viață decât dacă îți este permis să iei în serios începuturile acelei vieți.

De fapt se știe de mult că majoritatea dereglărilor alimentare au cauze psihice. Mulți medici pretind că știu asta, însă din cauză că majoritatea nu sunt liberi în raport cu propriile lor emoții și au mult prea rar acces la propria lor copilărie nu înțeleg la pacienți limbajul simptomelor. Faptul de a nu înțelege dă naștere sentimentului de neputință, care trebuie respins cât mai repede. Cum se resping sentimentele? Printre altele recurgând la remedii care reduc la tăcere acest limbaj, astfel încât omul să se poată simți puternic și nu neputincios. Și cum se reduc la tăcere simptomele?

Există multe remedii, în primul rând medicamente, în cazul dereglărilor alimentare de asemenea instrucțiuni de regim amănunțite, care hrănesc iluzia pacientului că cineva se ocupă în detaliu de viața lui, de alimentația lui, de starea lui de sănătate. Reportaje la televizor arată clinici în care se practică un control minuțios al programului de alimentare și de aceea în unele cazuri acest lucru

înlesnește o creștere în greutate. Efectul psihologic secundar al experienței anorexicilor că nu sunt o excepție, ci că și alți oameni suferă de aceeași boală, îi poate ajuta să-și recapete o oarece poftă de viață și eventual și de mâncare.

Dar prin asta nu este rezolvată și nici măcar abordată principala problemă a anorexicilor: întrebarea referitoare la cauza pentru care ei își refuză viața, cauza pentru care nu mai au încredere în propria familie și se simt constrânși să-și controleze alimentația. În foarte puține clinici fetița anorexică se poate întreba: cum de s-a ajuns aici? Ce cauză a stat la baza îmbolnăvirii mele? Ce simt? Ce doresc să evit? Aceste întrebări nu i se pun aproape deloc. Și doar în majoritatea cazurilor se poate constata o dereglare de comunicare, o dramă profundă care adeseori își are originile în frageda copilărie.

Am văzut odată o emisiune la televizor care prezenta patru adolescente. S-au arătat documentare din clinici și în final au discutat experții. Medicii au tot susținut că anorexia ar fi cel mai mare secret al medicinei, că nu se știe de unde apare. Cu toate acestea, s-au făcut progrese cu tratamentul și înainte de toate trebuie să existe credința în vindecare. Nu a fost tratat deloc, nici de jurnaliști nici de experții în medicină prezenți, subiectul ameliorărilor prin terapii care le înlesnesc pacienților trăirea și exprimarea propriilor emoții, probabil pentru că la acest gen de dezbateri nu participă nimeni care să fi trecut prin aceste experiențe. De cele mai multe ori astfel de voci singulare sunt reduse la tăcere, căci frica de a acuza părinții este mult prea mare. Însă fără a ne asuma acest risc nu putem în cele mai multe cazuri să înțelegem emoțiile și istoria pacienților. Și părinții învață de asemenea să nu înțeleagă, atunci când resping cunoașterea, de frica sentimentelor de vinovăție pe care aceasta le-ar putea trezi în ei. Așa se creează un cerc vicios. Părinții suferă din cauza simptomelor copilului, vor să-l ajute dar nu știu cum, iar medicilor le este de asemenea interzis să realizeze adevăratele motive ale tinerilor anorexici – excepție făcând cazurile când acei medici au trăit pe propria piele experiența că reproșurile copiilor nu-i omoară pe părinți, ci în cel mai bun caz îi confruntă cu propria lor istorie. O astfel de confruntare îi poate motiva pe părinți să comunice cu copilul lor la un nivel mult mai profund decât a fost posibil până atunci.

În acea dezbateri de care vorbeam, experții discutau despre anorexie ca despre un fenomen pur trupesc, care nu *poate* avea nici un sens, iar explicațiile lor păreau clare ca lumina zilei majorității spectatorilor. Se poate înțelege ușor că senzația de foame dispare când persoana în cauză a slăbit foarte mult și se hrănește în continuare minimal și fără minerale. Se poate înțelege ușor că în acel

punct lipsa de apetit capătă și cauze anatomice și fiziologice. Totul este evident, dar nu explică decât fazele târzii și nu *cauza* așa-numitei boli. La origine se află tragedia unui om tânăr, care nu și-a putut mărturisi sentimentele nimănui și de aceea nu-și înțelege propriile conflicte. Acum întâlnește în tratamentul medical sau psihiatric specialiști care evită și ei aceste conflicte din teama de a nu le face reproșuri propriilor părinți. Cum să-i ajute pe cei tineri? Persoanele în cauză pot căpăta curajul de a-și articula neliniștea, suferințele, dezamăgirile, furia, numai atunci când au alături pe cineva care nu are aceste temeri sau care deja le-a recunoscut și le-a acceptat la el însuși.

Propria dezvoltare emoțională este fără îndoială premiza unei activități terapeutice efective. Dar aș vrea să cred că ajutorul acordat de terapeuți, medici, lucrători sociali ar câștiga în calitate în cazul în care cunoașterea copilăriei ar fi mai răspândită. Până acum acest domeniu pare să constituie încă un mare tabu în lumea medicală.

Mulți oameni au luat deja cunoștință de această situație critică a medicinei, asta însă nu-i împiedică să devină ușor victimele unor șarlatani, care le propun tot felul de practici alternative, care le trezesc speranțe de vindecare și uneori chiar obțin ameliorări, atunci când speranța și credința sunt mai puternice decât discernământul pacienților și capacitatea lor de cunoaștere a oamenilor. Ce să facă însă acela care nu împărtășește această credință și pe care îl torturează simptomele fizice? Procesul de analiză a propriei copilării renegate și refulate a adus ușurare în multe cazuri, mai ales când persoana afectată a avut norocul de a întâlni un om empatic care să-și fi descifrat deja emoțional propria istorie.

Multă vreme am crezut că prelucrarea propriei istorii a copilăriei este posibilă și fără martori, deoarece eu a trebuit să caut acest drum singură, cu ajutorul picturii și al scrisului. În final am avut totuși norocul de a găsi o femeie care mi-a fost martor inițiat și abia datorită empatiei cu care m-a însoțit ea mi-a fost posibil să dau frâu liber adevărilor pe care singură nu aș fi fost niciodată în stare să le îndur. Abia acest lucru mi-a dat libertatea de a lua în serios în totalitate mesajele corpului și ale emoțiilor și de a nu le pune mereu sub semnul îndoielii. Dar chiar dacă nu avem încă norocul de a întâlni un terapeut empatic, care să-și fi prelucrat propria copilărie și deci nu mai e nevoie să o proiecteze asupra noastră, ne poate fi de ajutor să povestim cuiva despre copilăria traumatizantă pe care am avut-o, atunci când cel care ascultă cunoaște însemnătatea marcantă a acestor trăiri și nu o bagatelizează. Un asemenea ascultător a fost psihologul James W. Pennebaker, care descrie rezultatele

studiilor lui în cartea *Opening up*. Într-unul din numeroasele experimente el a rugat de exemplu niște studenți aflați în camere separate să descrie experiențe dureroase și să dea frâu liber și emoțiilor inerente. O altă grupă trebuia să descrie evenimente care nu aveau nici o tangență cu sentimentele, cum ar fi cumpăratul de lenjerie sau ceva asemănător. Persoanele intervievate erau studenți la psihologie și în același timp pacienți ambulanți ai serviciului de sănătate al universității. După acel experiment s-a constatat că aceia care relataseră experiențe afective au avut nevoie ulterior de mult mai puține vizite la doctori decât cei care au vorbit despre evenimente neutre. Au fost analizate și diverse funcții ale corpului cum ar fi pulsul, tensiunea, starea inimii și a epidermei, iar la ambele grupe s-au constatat valori foarte diferite.

De aici Pennebaker a concluzionat, după părerea mea pe bună dreptate, că starea sănătății se îmbunătățește deja în clipa când persoana în cauză are posibilitatea să împărtășească trăirile ei dureroase unui om pe care poate conta că este sincer interesat și arată înțelegere. Aceasta este cu siguranță insuficient pentru a vindeca o îmbolnăvire gravă cum este anorexia, dar ar putea contribui la vindecare. Cu toate acestea tratamentele medicale profită prea puțin de această șansă. În primul rând deoarece medicii nu au aproape deloc timp să-și asculte pacienții și, dacă își fac totuși timp, le lipsesc cunoștințele necesare pentru a înțelege limbajul sentimentelor. Cel mai important motiv se află probabil în frica de a nu reînvia propriile traume din copilărie. Această frică este de obicei evitată transferând-o asupra pacientului.

Isabelle, o actriță în vârstă de 50 de ani, de origine din Chicago, mi-a povestit de curând printre altele de vizita la un internist care-i fusese recomandat de mai multe persoane. La momentul respectiv ea suferea de o inflamație cronică de colon, care se manifestase pentru prima dată după ce suferise un șoc psihic. Isabelle era absolut convinsă că trebuie să se apropie pe rând, cu ajutorul altcuiva, de fiecare din sentimentele provocate de șocul suferit, pentru a înțelege declanșarea bruscă a bolii, semnificația și virulența acesteia. De aceea a refuzat să ia antibiotice. Nu avea febră, dar avea crampe, pe care ea le simțea ca fiind expresia suferințelor sufletești reprimite. Deja consultase mai mulți medici, inclusiv homeopați, dar toți ascultaseră prietenos povestea problemei ei și în final îi prescriseseră medicamente.

De la acest medic nou a sperat mai multă participare și înțelegere, mai ales că el o rugase în primul rând să descrie cele mai importante boli avute în trecut și părea să asculte cu atenție. Isabelle a fost foarte mulțumită că reușise în zece

minute să-și prezinte principala problemă. Toată viața ei depăna ca un fir neîntrerupt experiența că toți ignoraseră suferința ei psihică și pretindeau că o vindecă prin medicamente. Adesea suferise din cauza efectelor secundare ale diverselor medicamente, fără ca acestea s-o fi eliberat de simptome, ceea ce îi accentua și mai mult frica.

În efortul ei de a căuta cauza, i-a explicat medicului că are dureri, dar este dispusă să le ia în calcul pentru că era convinsă că acestea vor trece de îndată ce va înțelege motivul bolii. Mai multe organe îi fuseseră deja extirpate, dar de fiecare dată se anunța câte un alt organ care trebuia și acela scos. Nu mai voia să repete aceeași poveste.

Medicul a ascultat-o până la capăt, și-a făcut și notițe, iar când ea s-a oprit el a luat blocul de rețete și i-a prescris trei săptămâni de antibiotice, spunându-i că trebuie să înceapă tratamentul imediat, ca să nu se îmbolnăvească de cancer și să riște o nouă operație și eventual extirparea unei porțiuni din colon. Femeia s-a speriat îngrozitor și a vrut să continue discuția, dar medicul i-a arătat ceasul și i-a spus că-l așteaptă pacienții, adăugând că acum știe ce o așteaptă și poartă singură răspunderea dacă nu urmează strict indicațiile lui.

Nu e de mirare că disperarea și durerile lui Isabelle s-au accentuat în zilele următoare. Ulterior, când la recomandarea altui medic și-a făcut diverse analize, nu s-au găsit nici un fel de probleme în sânge sau anomalii la ultrasunetele făcute pentru intestin. A mai așteptat cu cura de antibiotice și a găsit o psihoterapeută cu care a reușit să prelucraze șocul care declanșase boala. A reușit să-și exprime emoțiile și sentimentele foarte puternice care au dus-o înapoi la situații din copilăria timpurie. Deja după câteva săptămâni simptomele din zona colonului slăbiseră și ea a început să înțeleagă tot mai bine cum în toate acele boli se reflecta restriștea copilăriei ei.

Bineînțeles că nu întotdeauna pot fi găsite în scurt timp cauzele multiple ale unei asemenea îmbolnăviri, dar când acest lucru reușește, urmările sunt uluitoare. Condiția *sine qua non* este în orice caz ca pacientul să fie pregătit să meargă pe acest drum. Dar la fel de important este ca șansele terapeutice ale unei asemenea metode, ale vorbitului și ascultatului, să *nu* fie ignorate.

Am ales tocmai această întâmplare, din multitudinea de alte întâmplări cu medicii care mi-au fost povestite de pacienți, deoarece evidențiază atât de clar o dinamică ce de multe ori îi scăpa pacientului suferind și care este și menită să-i scape. Această dinamică se naște din nevoia medicilor de a-și mușamaliza propriile temeri și sentimente de neputință și în acest fel de a-și salva prestigiul.

Am convingerea că prezentarea foarte clară a rolului distructiv jucat de medicină în viața Isabellei l-a confruntat pe medic cu o problemă la care el probabil nu reflectase niciodată, cu care nu voia să se confrunte sau la care pur și simplu nu a făcut omeneste față. La început el a părut gata să se dedice istoricului bolilor pacientei, în speranța că ea va descrie ca și majoritatea celorlalți pacienți simptome pe care el învățase la universitate cum să le trateze. Dar ea a vorbit despre cu totul alte lucruri, i-a arătat cum tratamentele medicale i-au tot *distrus* organele, cum au obligat-o la tot felul de operații care se părea că la rândul lor făceau necesare alte operații. Este improbabil ca acel medic să nu fi auzit niciodată de cazuri asemănătoare de-a lungul studiului și practicării meseriei lui. Dar fundalul psihic se pare că îi era necunoscut, probabil fiindcă la universitate nu se predă despre modul cum *în autodistrugerea necruțătoare a unui pacient se reflectă istoria tragică a copilăriei acestuia*.

Se poate vorbi aici de autodistrugere? Se poate apăra un pacient de operații care nu numai că îi sunt recomandate urgent de mai mulți specialiști, dar îi sunt impuse ca singura șansă de supraviețuire? Unde să caute sfaturi dacă nu la aceste autorități în materie? De acord, un om care a trăit în copilărie cu părinți care au putut să-și prelucreze propriile temeri și celelalte sentimente fără să le transfere asupra copilului va observa imediat că în cazul relatat aici medicul încearcă doar să transfere frica lui asupra pacientei. Tocmai pentru că un om care a crescut fără mistificări și maltratări nu a trăit acest tipar de reacție în copilărie, el și-a dezvoltat capacitatea de a demasca orice manipulare inconștientă. Dar probabil că nici nu va suferi de enterite cronice dacă a putut articula în copilărie ceea ce simțea. De aceea asemenea oameni intră foarte rar în categoria pacienților cu boli psihosomatice, care, dimpotrivă, au fost nevoiți în copilărie să-și dezvolte un cu totul alt comportament, și anume să nu pună întrebări, să preia temerile altora, să tolereze contradicții și să se supună sistemului autorității. Și poate că sunt siliți să facă toată viața acest lucru, dacă împrejurări favorabile nu le înlesnesc o nouă orientare.

Pentru Isabelle discuția cu medicul internist a reprezentat un punct de cotitură. Ea remarcase foarte bine ceea ce lui îi scăpase în relatarea ei și a realizat că acum depindea de ea să tragă concluziile. Nu putea pretinde ca un străin, chiar medic de renume fiind, să reușească în zece minute să capete o privire de ansamblu asupra tragediei ei. Nu era nici pregătit, nici motivat pentru acest lucru. Era sarcina ei să descifreze mesajul propriului trup. Numai ea putea și trebuia să realizeze acest lucru. A devenit tot mai conștientă că simptomele îi

povesteau ceva din copilăria foarte timpurie și că pentru a se apropia de istoria lor avea nevoie de un însoțitor competent. Simțea că nu ar fi putut scoate la iveală și suporta de una singură durerile copilului din ea. Trebuia să găsească un martor căruia să îi poată spune »Uite, asta este ce mi s-a întâmplat« și care să fie dispus să ia totul în serios deoarece a trăit și el așa ceva în copilărie. Când Isabelle a reușit în sfârșit să găsească un asemenea însoțitor și să prelucreze emoțional șocul trăit cu multe luni în urmă, a reușit cu acest ajutor să descopere și sentimentul absolut de neajutorare în care își petrecuse copilăria.

După ce Isabelle își idealizase tatăl timp de cincizeci de ani, a reușit în sfârșit cu ajutorul terapeutei să permită adevărului să iasă la iveală. Tatăl ei, un dermatolog renumit, abuzase sexual de ea în primii ani de viață și, fiindcă ea nu putuse să vorbească despre sentimentele ei cu nimeni, suferise foarte des de dureri de burtă și constipație. Reacția tatălui fusese să-i facă clisme, care-i provocau alte dureri. În plus tatăl îi pretindea la acele clisme să țină în ea cât mai mult fecalele. La nivel simbolic acest lucru însemna pentru copil să trebuiască să tacă, să rămână singură cu torturile și să se supună autorității tatălui. Însă autoritatea aceasta nu se manifesta în nici un caz prin brutalitate deschisă, ci în special prin ignorarea personalității copilului. Tatăl o degradase la rolul unui obiect de la care el își obținea satisfacția, fără a se interesa cîtusi de puțin de consecințele faptelor lui pentru viața ei. Una din consecințe era aceea că Isabelle se supusese decenii întregi doctorilor așa cum fusese nevoită în copilărie să se supună tatălui. Pe atunci nu avusese de ales, deoarece mama ei nu o protejase.

Dar de ce și mai târziu? Ca femeie adultă și cultă ar fi avut fără îndoială posibilitatea să își aleagă un medic (bărbat sau femeie) care s-o asculte cu adevărat. De ce nu a făcut-o niciodată? Astăzi este de părere că nu a putut s-o facă până nu a văzut cum se purtase tatăl ei cu adevărat cu ea. A venit la mine după ce citise cartea scrisă de Marie-France Hirigoyen, *Măștile mârșăviei*, și fusese de părere că în sfârșit a găsit cheia care să-i permită accesul la viața ei. Isabelle tocmai absolvise o psihanaliză clasică, al cărei rezultat era că fusese capabilă să spună pe nume »greșelilor« părinților ei, dar ca adult fusese nevoită să le înțeleagă.

Boala de colon la cincizeci de ani, seria de operații și lectura cărții menționate i-au demonstrat că își distruge viața dacă mai încearcă să mențină în viață imaginea idealizată a tatălui și să ignore semnalele corpului. În *Măștile mârșăviei* Isabelle a găsit descrierea unei perversiuni ale cărei caracteristici îi erau binecunoscute trupului ei. Rațiunea însă refuza să conștientizeze caracterul

tatălui ei. Acest refuz a făcut să fie necesar ca durerile fizice să nu înceteze până când Isabelle nu s-a confruntat cu întregul adevăr.

Abia după descoperirea situației timpurii din copilărie a înțeles și de ce nimeni nu-i oferise compasiune și înțelegere pentru ceea ce ea numea »șocul ei«. Fiindcă dincolo de faptele pe care încerca să le împărtășească se ascundea suferința fetei care nu putea vorbi, care era total dependentă de înțelegerea adulților și fusese lăsată singură. Astfel Isabelle a simțit șocul, dar întreaga dimensiune a trăirii i-a rămas și ei inaccesibilă atâta vreme cât a vrut să-și păstreze cu orice preț iubirea pentru tatăl ei.

Văzând lucrurile din afară, nu se întâmplase de fapt nimic spectaculos, nici un accident, nici un infarct, nici un eveniment care să-i asigure imediat compasiunea oamenilor din jur. Ceea ce o lovise pe Isabelle ca un fulger din senin fusese realizarea că se lăsase pradă unui tipar care-i distrugea viața, sănătatea și relațiile. Pentru a explica mai clar cum ajunsese la această realizare, trebuie să relatez aici câteva detalii.

Șocul a avut loc când Isabelle și trupa ei de teatru se duseseră pentru a juca o piesă la Dublin, orașul unde își trăise ea copilăria. Ea își propusese să-l viziteze pe vechiul ei prieten John, despre care întotdeauna simțise că o simpatiza și o înțelegea. Cei doi se pierduseră din vedere cu treizeci de ani în urmă, când Isabelle emigrase în SUA. Acolo ea se căsătorise, născuse doi băieți, însă divorțase de soțul ei Bernhard după o căsnicie scurtă. Se gândea rar la John, deoarece Irlanda îi devenise străină între timp, dar când o făcea se simțea întotdeauna cuprinsă de gânduri calde. Uneori se întreba: De ce nu am rămas cu John? El m-a iubit cu adevărat. Oare am fugit de propriul meu noroc?

În imaginația ei îl vedea pe John tot ca pe tânărul timid și visător pe care ea îl admira și care nu avea nici un fel de pretenții de la ea. Partenerul ei din prezent, Peter, era cu totul altfel, avea nevoie permanent de confirmarea ei și devenea furios la cele mai mici frustrări. El nu o însoțise pentru piesa din Dublin, deci Isabelle era pregătită s-o »reîntâlnească» pe fetița care tocmai ieșise de la școala de călugărițe. În sfârșit liberă, voia să uite totul cât mai repede: bătăile, umilințele, controlul permanent și camera întunecată în care fusese de atâtea ori încuiată pentru cel mai mic semn de rebeliune. Iar acum ea voia să audă de la John cât simțise el pe vremea aceea din furia ei, din teama și singurătatea ei.

Dar John nu observase nimic. Acum, la întâlnirea lor în Dublin, el chiar a încercat să-i scoată din cap propriile amintiri. »Nu, te înșeli«, i-a spus el, »pe atunci erai veselă, plină de viață, relaxată, nu se vedea absolut nici o suferință la

tine. Nu mai știi cum dansam, cum mergeam la concerte, la teatru? Erai curioasă și aveai poftă de viață, iar eu te-am admirat foarte mult.»

Isabelle n-a știut, nu știa încă de ce s-a simțit dezamăgită. El era prietenos și spunea adevărul. Pe vremea aceea el văzuse numai ce-l lăsase ea să vadă. Totuși, după această întâlnire Isabelle se trezise în mijlocul nopții într-un hotel străin din Dublin, orașul copilăriei ei, cu puternice colici intestinale. N-a vrut să cheme un medic, fiindcă simțea că durerile aveau o legătură cu revederea cu John, dar nu știa ce anume îi provocase șocul. Abia către dimineață, când a izbucnit disperată în lacrimi, durerea sufletească a cuprins-o treptat și crampele au încetat aproape imediat. Treptat i-au revenit și cuvintele: »Nici măcar John nu mi-a văzut suferința, el vedea în mine doar fetița veselă, ceea ce uneori eram, dar în multe am jucat teatru și față de el și față de mine. *Nimeni nu m-a văzut niciodată*, întotdeauna fusesem absolut singură cu tot ce mă rănea.« Speranța de a întâlni în John un martor inițiat se dovedise o iluzie.

Isabelle a plâns atât de violent cum n-o mai făcuse niciodată în viața ei. Pentru a nu fi singură cu această suferință a vrut să-l sune pe Peter. Dar, plină de menajamente cum era, nu a vrut să-l trezească. A așteptat încă șapte ore, să se facă ziuă și în Chicago, și l-a întrebat dacă poate s-o asculte puțin, că acum are nevoie de asta pentru a nu plânge singură. Nu i-a venit ușor să-l roage pe Peter să facă asta pentru ea, n-o mai făcuse niciodată, dar nevoia de a primi un semn de compasiune de la cineva apropiat era în acel moment atât de puternică, încât a renunțat la orice precauție. Mai târziu mi-a spus:

»Evident că îmi doream înțelegere, fiindcă eu însămi nu mă puteam înțelege, nu puteam pricepe de ce un motiv »mărunt« provocase brusc o asemenea cascadă de lacrimi, dar chiar și fără înțelegere mi-ar fi făcut bine să aud un cuvânt bun de la Peter. Cu toate acestea, ceea ce am auzit au fost reproșuri brutale.

În mod evident telefonul meu îl suprasolicitasem total. Ce-mi venise, să-l iau așa prin surprindere, că el acum trebuie să se ducă la biroul lui de avocați și acolo o să aibă de ascultat destule griji. Eu dramatizez totul, oare nu-mi ajung tragediile de pe scenă? În fond el mă sfătuisese să nu fac această călătorie, dar eu oricum nu-l ascult niciodată. Și în afară de asta e perfect normal ca o vizită în orașul natal să declanșeze amintiri, asta trece repede.»

După acea convorbire Isabelle a încercat ca de obicei să înțeleagă situația lui Peter, suprasolicitarea, poate chiar teama în fața intensității sentimentelor ei,

dar corpul ei nu mai voia să fie complice și i-a semnalizat imediat dezamăgirea cu noi colici, care au obligat-o să meargă la un doctor. Acesta i-a dat medicamente homeopatice și în ciuda nopții nedormite Isabelle a putut ieși pe scenă în seara următoare, însă era atât de epuizată și de îndoliată sufletește încât a doua zi s-a întors acasă. În Chicago durerile s-au prezentat din nou și în felul acesta boala a devenit »cronică«. A fost la nenumărați medici, a înghițit nenumărate pastile, până când a întâlnit-o pe psihoterapeuta la care a putut realiza ce însemnase pentru viața ei de până atunci abuzul sexual al tatălui.

Eu nu sunt de părere că simpla revelare a incestului ar fi fost de ajuns pentru a o vindeca pe Isabelle. Această descoperire, însoțită de sentimente puternice legate de ea, era cu siguranță o condiție necesară, dar nu suficientă pentru vindecare. Hotărâtor a fost faptul că această descoperire i-a înlesnit Isabellei un întreg șir de alte descoperiri și decizii, iluminând dintr-o dată toate relațiile ei cu bărbatii de până atunci, care fuseseră influențate de acest abuz timpuriu și de neîncrederea ei. Această descoperire i-a dat posibilitatea să-și revizuiască poziția și vizavi de Peter.

Prin prisma cutremurului emoțional din Dublin și a reacției de respingere și lipsite de empatie a lui Peter la telefon, Isabelle a realizat cât de mult suferise când bărbatii ignorau realitatea ei. Dar a putut să realizeze și cât de mare era contribuția ei, prin faptul că simulase în fața lor o cu totul altă Isabelle. Pentru John ea era camarada veselă și fără probleme din tinerețe, pentru fostul soț Bernhard și ulterior pentru Peter era obiectul disponibil care în aparență nu avea nevoie de nimic de la ei. Cu cei doi fii același comportament rezulta de la sine din rolul ei de mamă. Însă culmea, tocmai aici, unde disponibilitatea ar fi fost de fapt îndreptățită, ea își permitea câteodată să le refuze copiilor dragostea ei, ceea ce pentru copii era de neînțeles, iar pe ea o făcea de asemenea să sufere. Isabelle nu putea să-și exprime adevăratele sentimente decât în meseria ei, dar atunci ele aparțineau în mod tragic personajelor pe care le interpreta. *Ea însăși nu avea nici un drept la propria identitate. I se refuzase copilului din ea foarte devreme acest drept de la sine înțeles și de aceea ea însăși a continuat să și-l refuze timp de cincizeci de ani.*

Colicile intestinale nemiloase care apăruseră pentru prima oară în noaptea de după întâlnirea cu John o confruntaseră pe Isabelle cu întrebarea: Cine sunt eu de fapt? De ce nu exist în totalitate în toate relațiile mele? Sufăr atunci când ceilalți nu mă văd, dar cum ar putea ceilalți să mă vadă dacă eu nu mă arăt, dacă eu îmi ascund adevărata ființă? Și de ce fac asta?

Mai târziu, la terapie, Isabelle și-a putut da răspunsuri la acele întrebări. Acolo a realizat treptat că fusese nevoită demult, poate încă de când se născuse, să elaboreze o strategie de supraviețuire, pentru a se apăra de durerea copilului pe care părinții nu îl percepuseră niciodată ca ființă, ci îl folosiseră doar pentru satisfacerea propriilor lor nevoi. Pentru a evita această suferință, Isabelle învățase să-și elimine propriile ei sentimente și nevoi, să le ascundă de alții și de ea însăși și pur și simplu să nu mai fie prezentă, să nu mai existe deloc. Astăzi Isabelle spune că a fost ca și cum s-ar fi sinucis și este de părere că ea în copilărie efectuase o scindare a propriei personalități.

Prin terapie Isabelle a înțeles că făcuse acest lucru încă de când tatăl ei abuzase sexual de ea, că atunci învățase ea să-și ascundă adevărata ființă de omul pe care-l iubea și care o rănea până în adâncul sufletului prin faptul că atingerile lui nu îi erau adresate ei ca persoană. Femeia de cincizeci de ani a putut în acel moment să mă privească în ochi și să spună:

»Simt nevoia s-o spun, mai ales în fața dvs., fiindcă ați scris *Să nu realizezi*: trupul meu nu era pentru el nimic altceva decât un instrument de masturbare. Vă puteți imagina ce simte cineva care descoperă așa ceva? Nici măcar o secundă nu s-a gândit că prin asta îmi distruge viața, fiindcă pentru el eu nu existam ca persoană, ca om cu simțire. Încă mă doare când rostesc aceste cuvinte, dar a fost absolut necesar să mă eliberez în sfârșit de autoiluzionarea că tatăl meu m-ar fi iubit.

Am simțit această durere pentru prima oară conștient atunci când am auzit de la John că el văzuse în mine doar fetița veselă. Acum îmi pare bine de acea noapte în Dublin, fiindcă mai am totuși o bucată de viață în față și vreau s-o eliberez de acest blestem. Nu mai am nevoie să mă ascund, fiindcă nu mai am nevoie să mă protejiez de ceva ce deja s-a întâmplat. Atâta timp însă cât a trebuit să refulez radical acest lucru, mi-am căutat permanent parteneri care de fapt nu pe mine mă voiau. Acum am încetat să mai joc rolul fetei cuminți. Am încetat să-mi mai caut identitatea în rolurile de teatru. Am îndrăznit în sfârșit să fiu și să trăiesc ceea ce sunt. De atunci nu am mai avut niciodată colici.«

Când în urmă cu peste o sută de ani Freud descoperea că nevrozele erau foarte des rezultatele experiențelor incestuoase refulate, el era încă de părere că este suficient să anulăm refularea și negarea – la nevoie cu ajutorul hipnozei – pentru a obține vindecarea pacientei. Cum în majoritatea cazurilor acest lucru nu

reușea, el a renunțat la ipoteza originii nevrozelor în negarea copilăriei traumatice și a dezvoltat psihanaliza, care se știe că respinge această ipoteză.

Eu sunt de părere că povestea Isabellei ne ajută să înțelegem de ce pacientelor lui Freud nu le-a reușit breșa. Nu este de ajuns să renunți la refulare (și în nici un caz cu ajutorul hipnozei, care adesea ignoră arbitrar barierele sistemului defensiv) pentru a te elibera de cele mai vechi strategii de supraviețuire și pentru a-i deschide copilului odinioară înșelat drumul spre încredere. Nici măsuri educative, nici sfaturi bune nu sunt de ajuns pentru a-l încuraja pe copilul ascuns în interiorul adultului să se respecte pe sine însuși. Nu atâta vreme cât trupul rămâne singur cu ceea ce știe. Abia descoperirea adevărului și a consecinței logice a strategiilor copilului înlesnește eliberarea de respectivele strategii și de repetările aproape automate din prezent. Și abia în siguranța prezenței unui însoțitor integru se poate întâmpla acest lucru. Pentru procesul vindecării sunt necesare ambele aspecte: confruntarea cu copilăria traumatică, dar și revelarea nenumăratelor mecanisme defensive a căror construcție a fost absolut indispensabilă pentru a-l proteja pe copil de suferințele insuportabile. Adultul însă le poate duce la îndeplinire pe amândouă.

Isabelle a înțeles demult că așteptările ei îl suprasolicitaseră pe acel medic internist. Astăzi ea spune că nu-i mai ia acestuia limitele în nume de rău. Dar este de părere că i-ar fi ajutat cu siguranță dacă el ar fi putut să-i spună: Păreți a fi pe drumul cel bun. Intestinul este deosebit de sensibil și reacționează foarte des la suferințe sufletești cu crampe. Încercați să vorbiți cu un specialist despre șocul suferit. Fie și numai acest lucru poate avea efecte pozitive.

Sunt ferm convinsă că multe operații și tragedii ar putea fi evitate dacă medicii ar fi mai pregătiți să ia această atitudine, în loc de a-i inocula teamă pacientului, fără a se ocupa de istoria acestuia. Nimeni nu pretinde unui internist să găsească soluția unui asemenea caz complicat ca al Isabellei sau să-i înlesnească pacientei nu numai accesul la motivele emoționale ale simptomelor, dar și la descoperirea originii acelor emoții în istoria copilăriei. Dar i-ar fi fost *ei* mult mai ușor să dea de urma adevăratelor motive ale îmbolnăvirii dacă medicul și-ar fi respectat limitele și ar fi avut cea mai mică idee de psihosomatică. În schimb el s-a limitat la exercițiul autorității și la delegarea propriilor sale temerilor asupra pacientei.

Cu acest capitol nu am vrut nicidecum să fac reclamă la medicina alternativă. Nimic mai departe de intențiile mele. Am vrut doar să demonstrez cu ajutorul exemplelor că și medicina poate profita atunci când factorul copilărie nu

mai este neglijat, ci inclus în pregătirea medicilor. Același lucru este valabil bineînțeles și pentru psihoterapie.

2. Ocolirea realității copilăriei în domeniul psihoterapiei

Profanii consideră probabil că este de la sine înțeles că psihoterapeuții se ocupă cu istoria copilăriei clienților. Dar aceasta nu este în nici un caz regula, ci dimpotrivă, există nenumărate tendințe în psihoterapie care exclud copilăria din activitatea lor sau o abordează doar ocazional, atunci când este inevitabil. Foarte mulți terapeuți sunt chiar de părere că preocuparea pentru copilărie este dăunătoare, fiindcă pacientul s-ar simți victimă în loc să se simtă omul adult și responsabil care este acum.

Și eu sunt convinsă că un om adult este responsabil pentru comportamentul lui și că numai în copilărie a fost o victimă neajutorată. Însă după părerea mea tocmai cunoașterea propriei istorii îl poate ajuta să înțeleagă de ce încă *se simte* victimă. Prin psihoterapie el poate învăța să înțeleagă acest lucru și apoi să renunțe la postura de victimă. Se pare că există oameni pe care terapia comportamentală (*Verhaltenstherapie*) i-a ajutat să scape de temeri și aceștia pot fi cu siguranță felicități. Dar mulți oameni nu au parte de așa ceva; aceștia nu se pot elibera de depresii nici prin medicamente, fiindcă pentru ei este mai important să afle cine sunt și de ce au devenit așa cum sunt decât să nu mai fie depresivi.

Pentru acești oameni preocuparea cu propria copilărie poate însemna o mină de aur și este foarte regretabil că în ziua de azi pregătirea psihiatrică pune accentul pe administrarea de medicamente (Luhmann). Este evident că o doză regulată de dopamin va fi primită de un pacient ca o binecuvântare atunci când creierul lui nu produce această substanță. Dar în acest mod nu se răspunde la întrebarea *de ce* creierul lui nu o mai produce. Răspunsul la această întrebare ar putea conține însă cheia către adevărata vindecare.

Se prea poate ca un remediu bine preparat să ajute temporar, mai ales când pacientul nu este interesat de cauzele bolii sale. În acest caz poate că medicul nu are de ales decât să-i prescrie acestuia medicamente. Mulți psihiatri fac însă acest lucru chiar și atunci când explorarea în sine este posibilă.

Eu consider că tendința actuală de a însoți psihoterapiile cu medicamente este problematică, deoarece majoritatea sedativelor slăbesc interesul pacientului

față de copilăria traumatică, respectiv îi întunecă și mai mult realitatea copilăriei și prin aceasta pun în pericol pe termen lung un posibil succes al psihoterapiei.

Cunosc o familie în care femeia a tot suferit timp de douăzeci de ani de depresii grave, care o țintuiau chiar la pat pentru anumite perioade de timp, deoarece refuza și mâncarea și abia avea putere să se ridice din pat. Nenumărați medici au tratat-o, cu medicamente și cu discuții. Au urmat din când în când îmbunătățiri (remisiuni), dar și recidive de o violență înspăimântătoare. Întâlnindu-l odată întâmplător pe soțul ei și întrebându-l de starea ei, mi-a spus disperat că nu mai poate să asiste la autodistrugerea ei. L-am întrebat dacă în terapiile făcute ea a descoperit ceva legat de copilăria pe care a avut-o. »Doamne ferește«, mi-a răspuns el, »asta ar ucide-o.« El îi cunoștea pe ambii ei părinți, care fuseseră foarte tiranici cu fiica lor. Acest bărbat avea împreună cu soția lui o agenție de voiaj. Când am mai sunat altădată, mi-a răspuns femeia și mi-a atras atenția schimbarea în vocea ei. Am întrebat-o cum se simte și mi-a spus că de un an de zile nu mai are depresii, deși afacerile nu mergeau prea bine. Starea ei se schimbase în bine la scurt timp după ce găsisse o terapeută care nu-i administrase pastile, ci o lăsase să povestească despre copilăria ei. Această femeie a suferit o perioadă, însă a simțit permanent că are pe cineva alături și în felul asta a reușit să descopere originea bolii. Acum se simțea mult mai puternică, câștigase în greutate și mai presus de toate era fericită că știa ce simte și nu mai avea senzația că se înstrăinează de ea însăși prin medicamente. Întrucât nu știa că eu fusesem psihanalistă și nu-mi cunoștea nici cărțile, mi-a povestit foarte dezinvoltă.

»Imaginați-vă«, mi-a spus, »că ani de zile mi-am chinuit trupul, mi-am distrus bucuria de a trăi, mi-am stricat orice bucurii și m-am agățat mereu de ideea că părinții mei m-ar fi iubit. Prin terapie mi s-au dărmănat iluziile și acum văd ce preț plătisem pentru acele iluzii. Dintr-o dată am putere, îmi pot purta de grijă și nu mai sunt victimă. Dar acum văd că ani de zile m-am purtat fără inimă cu mine însămi, fără să-mi dau seama de acest lucru.«

Da, această femeie se comportase față de propriul ei trup așa cum o trataseră părinții pe ea în copilărie. Nu avusese voie să se bucure de viață, fusese nevoită să le asculte ordinele, aproape își ruinase sănătatea, nu avusese voie să observe nimic, să înțeleagă nimic din ceea ce se întâmplă, nu avusese voie să vadă că devenise o victimă, victima istoriei tragice a părinților ei, care fuseseră și ei cândva copii tiranizați. Depresia și anorexia îi permisese fiicei să vegeteze în continuare în acea construcție de autoiluzionare, însă nu și să trăiască cu adevărat. Soțul ei, care o iubea și voia s-o ajute, credea ca și medicii și psihiatrii

precedenți că trebuie s-o cruțe de adevăr, că ea nu ar suporta adevărul și că ar fi prea slabă pentru asta. Și cu toate acestea tocmai adevărul a salvat-o. Când nu a mai fost nevoită să se mintă, a găsit puterea de a recunoaște atât de clar opera de distrugere a părinților ei încât nu a mai fost nevoie s-o continue ea.

Cardiologul Dean Ornisch scrie în cartea sa *Dragoste și supraviețuire* că oamenii bolnavi de inimă care trăiesc în relații stabile au mai mari șanse de supraviețuire decât cei care trăiesc singuri, ilustrând această afirmație cu date statistice. Fără îndoială are dreptate cu constatarea că dragostea este cel mai efectiv medicament. Însă faptul de a trăi în cercul familiei și nu singur nu spune încă nimic despre capacitatea de iubire a omului bolnav. Exemplul descris mai sus arată că, în ciuda îngrijirilor soțului și fiicei ei, acea femeie a fost în fond tot singură atâta vreme cât nu a fost capabilă să găsească accesul la propriul adevăr, la adevăratele ei sentimentele și nevoi. Ea se găsea într-o luptă continuă cu ceea ce corpul ei știa, dar conștiința nu putea accepta. Avea un bărbat iubitor și voia să-l iubească, așa cum voia să-și iubească și fiica, însă capacitatea ei de a iubi era blocată de această luptă din ea. Abia când s-a hotărât pentru adevăr s-a eliberat și de acest blocaj.

Cu tot respectul cuvenit pentru ceea ce s-a spus și s-a scris de milenii încoace despre puterea dragostei, nu avem voie să uităm că doar bunăvoința și dorința nu sunt de ajuns pentru ca un om care se sabotează singur în permanență să se deschidă în fața iubirii. Ar trebui, dimpotrivă, să realizăm că această luptă disperată nu ar avea loc dacă ființa adevărată a acelui om nu ar fi fost sugrumată în copilărie.

Și în activitatea psihoterapeutică, și mai ales aici, se poate scoate la lumină după părerea mea originea evoluției tragice a unui om, atunci când clientul dorește asta și terapeutul a parcurs și el deja acest drum. Atunci el va ști ce pericole pândesc pe acest drum și că nu pentru oricine este necesar sau recomandabil să se expună unor regresii profunde. Uneori și priviri de ansamblu scurte în realitatea copilăriei pot avea efect terapeutic, cu condiția ca ele să fie însoțite de sentimente care pot fi trăite în prezența unui om înțelegător. În caz contrar ele ar fi echivalente cu o nouă traumatizare.

Preocuparea cu problemele prezente duce mereu la indicații despre primele influențe cauzate de realitatea traumatică a copilăriei. Treptat se creează o situație în care clientul descoperă cum a fost inițial programat să se teamă, să se supună, să se adapteze, să se renege pe sine însuși, să fie orb și apoi se poate elibera de acea programare. Presupusa eliberare prin așa-numita programare

neurolingvistică (NLP), prin terapia comportamentală și multe alte metode rămâne de exemplu temporară în cadrul tehnicilor automanipulative dacă această cunoaștere lipsește. Efectul pozitiv al metodelor de mai sus poate dura mult în anumite împrejurări, în condiții exterioare favorabile chiar foarte mult, dar constrângerea de a transmite mai departe experiența traumatică a copilăriei și de a o repeta cu sine însuși, cu propriii copii sau cu alți oameni nu se vindecă astfel. De îndată ce condițiile exterioare se înrăutățesc, constrângerea de repetare poate deveni din nou activă și automanipularea învățată nu mai face față.

Și cum ar putea fi altfel, când trupul nostru cunoaște în fond întreaga noastră istorie, dar adăpostește un suflet care vrea să ne stăpânească și să ne dirijeze total, așa cum a învățat copilul de la părinți în primele luni și în primii ani de viață? Din această cauză corpul nu are de ales decât să cedeze, să se adapteze și să se supună. Din când în când însă poate semnaliza că este în pericol cu ajutorul simptomelor, așa cum făcea și copilul când dădea rezultate proaste la școală, când era des bolnav și părinții nu știau ce e cu el. Ce-i drept, cu cât se manifestă mai puternic nevoia de autoritate a părinților, menită să mușamalizeze propria lor neputință, cu atât limbajul simptomelor copilului devenea mai de neînțeles și mai mascat, astfel încât nu se putea crea o comunicare autentică. Abia când dispare dorința de autoritate va putea și nevoia copilului să se articuleze direct.

După părerea mea într-o psihoterapie efectivă trebuie măcar să i se înlesnească pacientului această articulare a restriștei din copilărie. Dacă vrem să evadăm din adevărul pe care îl purtăm în noi înșine nu vom ajunge prea departe. Adevărul ne va însoți mereu în această fugă, ne va provoca suferințe, ne va îndemna să facem lucruri pe care le regretăm, ne va accentua confuzia și ne va slăbi încrederea în noi înșine. Dacă însă ne confruntăm cu acest adevăr, avem posibilitatea să recunoaștem în sfârșit ce a fost și ce a lipsit și ce a dus la o viață golită emoțional.

Viața copiilor vătămați de timpuriu nu este niciodată ușoară. Proprietara agenției de voiaj a recidivat într-o depresie gravă atunci când ea și soțul au fost nevoiți să se mute din casa în care ea crescuse. Unele simptome reapăruseră, dar în final ea a reușit să realizeze sensul lor și să-și regăsească orientarea în scurt timp, fără a fi nevoită să se teamă de o catastrofă. Astfel de temeri nu pot fi însă eliminate atunci când clientul simte temerile terapeutului față de propria lui copilărie, când clientul se identifică cu aceste temeri și, în loc să-și *înțeleagă* copilăria retrăind-o ca adult, *se pierde* din nou în panica acelei copilării

traumatice. Analiza sistematică a istoriei copilăriei îi creează clientului un cadru de referință care-i permite să înțeleagă și să clasifice tot mai bine ceea ce-l paralizează din când în când.

Brigitte, o colegă în pregătire, mi-a istorisit odată o întâmplare care ilustrează aceste gânduri. Cu permisiunea ei încerc s-o prezint într-o formă puțin modificată: Un coleg, A, i-a povestit că un alt coleg, X, ar fi implicat într-un proces de abuz sexual. Ea l-a întrebat pe A dacă îi permite să se intereseze ea direct la X în ce măsură acest zvon este adevărat. A i-a dat permisiunea. Astfel ea a intrat în contact cu X, care a informat-o exact ce se întâmplase. X era directorul unei instituții care intermedia adopțiuni pentru copii maltratați. Într-unul din cazuri s-a dovedit că părinții adoptivi îl maltrataseră pe copil. X a relatat că acei părinți deja erau în închisoare. Inițial fusese și el făcut vinovat ca director al acelei instituții, dar între timp fusese disculpat. În acel moment s-a arătat foarte revoltat și s-a hotărât să-l dea în judecată pe A pentru defăimare. Imediat A a căzut în tiparul de comportament din copilărie. A sunat-o pe Brigitte și i-a prezentat întreaga paletă a educației lui: că el știe că ea dintotdeauna a avut ceva cu el și acum vrea să-l distrugă. Când ea l-a întrebat dacă-și amintește că el însuși îi dăduse permisiunea de a se interesa de cazul respectiv, el i-a țipat în telefon: »Nu vorbesc cu tine. Sunt revoltat și scârbit de ceea ce ai făcut.« Ea l-a întrebat dacă el în locul ei nu ar fi procedat la fel. »Nu aș fi făcut niciodată ceva atât de îngrozitor«, a spus el și a repetat: »Nu mai vorbesc cu tine.« Ea a afirmat că totuși el a vrut să discute cu ea, din moment ce a sunat-o. »Nu«, a spus el, »am vrut doar sa-ți comunic părerea mea, dar cu cineva ca tine nu vorbesc.«

Brigitte a avut sentimentul că auzea un tată furios, care nu-și lasă copilul să scoată nici un cuvânt, și a presupus că lui A i se întâmplase des așa ceva. Dar era oare posibil ca el să nu fie conștient de acest lucru? A și X erau psihiatri în devenire. Brigitte a fost surprinsă de ieșirea necontrolată a lui A și de incapacitatea lui de a realiza că de fapt el era singurul responsabil pentru cele întâmplate. Ușurința cu care el o alesese ca țintă a atacului era pentru ea explicabilă prin faptul că el intrase într-o regresie, în care transferase asupra ei întreaga lui furie asupra propriei mame, care îl lăsase odinioară pe mâna tatălui violent. Percepția lui asupra prezentului era evident puternic deformată, deoarece realitatea copilăriei și sentimentele de panică ale copilului bătut fuseseră provocate dintr-odată de scrisoarea de amenințare a lui X. Cuprins de teama atotputernică, el era incapabil să mai gândească clar și să-și realizeze propria răspundere. În finalul convorbirii, Brigitte a mai apucat să adauge: »Te porți cu

mine de parcă ți-aș fi dușman, dar nu sunt dușmanul tău. Sper că vei înțelege acest lucru, când ți se va mai potoli furia.»

A doua zi A a sunat-o și era cu totul schimbat. Terapeuta lui îl ajutase să redacteze o scrisoare amabilă către X, în care îi dădea acestuia numele celor două persoane care îl informaseră greșit și își cerea scuze pentru comportamentul lui. De asemenea a rugat-o pe Brigitte să-l ierte că o atacase atât de vehement și a afirmat că nu știa nici el ce îl apucase dintr-o dată, că în ultima vreme era foarte surmenat. Brigitte a încercat să-și exprime impresia că în timpul convorbirii telefonice din ziua precedentă se simțise ca un copil care explică motivele propriului comportament și vrea să le reamintească părinților de aprobarea lor, dar părinții nu-l lasă să vorbească până la capăt. I-a spus că ea cunoaște asemenea situații din proprie experiență și din relatările clienților ei. »Știu«, i-a spus A, »tu explici totul prin copilărie, dar izbucnirea mea față de tine nu are nimic de-a face cu copilăria mea, chiar dacă am fost bătut foarte des mai demult. Terapeuta mea a fost de părere că te-am atacat fiindcă ești femeie și fiindcă de tine mi-a fost mai puțin frică decât de bărbatul care mă amenințase.«

Brigitte era bucuroasă, dar în același timp surprinsă că problema se rezolvase fără mare bătaie de cap. Pentru ea era de la sine înțeles că A vorbise cu ea inițial în realitatea copilăriei lui. Ea s-a gândit că era foarte plauzibil ca un tată care nu-și ținea în frâu nervii și nu-l lăsa pe copil să vorbească să-i fi provocat frecvent acestuia o asemenea panică. Era foarte plauzibil ca numai atacând-o pe mama lui el să-și fi salvat viața. Această realitate, în ciuda faptului că îi declanșase emoții puternice, părea să lipsească în continuare din conștientul lui. Întrucât terapeuta lui îi oferea interpretări feministe, A se lăsa mânat de emoțiile lui fără a le putea înțelege.

Am întâlnit multe asemenea tipare de comportament. Fiecare din noi cunoaște puterea negării și eu însămi am descoperit-o la mine de nenumărate ori. Însă terapeutul nu are voie să împărtășească negarea pacientului. Pregătirea lui profesională poate să-l ajute să realizeze realitatea de odinioară a pacientului în izbucnirile lui distructive sau autodistructive și să i-o arate acestuia. Fiecare din noi are barierele lui și se duce la un terapeut pentru a le identifica. Terapeutul nu trebuie să fie atotștiutor, este și el un om cu limitele lui, dar întrucât el nu are de depășit aceleași obstacole ca și clientul său, îl poate ajuta pe acesta să-și reducă treptat negarea.

Am citat exemplul cu Brigitte atât de amănunțit pentru că doresc să arăt că până și psihoterapeuții în devenire, care se află în terapie ei înșiși, evită tema

traumatizării prin umilință și bătaie în copilărie. Este de înțeles că A, care – după cum spunea el însuși – a fost bătut mult în copilărie, nu se poate lăsa la discreția sentimentelor fără a avea pe cineva alături în acest proces. Este însă regretabil că terapeuta lui îl susține în această manevră de evitare.

Terapeuta lui A ar fi trebuit să sesizeze pericolul căruia se expunea A atunci când se lăsa purtat de mânia lui neînțeleasă și ca urmare necontrolată și ataca sau defăima oameni care nu-i făcuseră nimic. Pentru Brigitte, pe care o preocupase de mult timp pedagogia neagră, era evident că A preluase tiparul de comportament al unuia dintre părinți sau al amândurora, care îl acuzau pe copil și țipau la el fără a-l lăsa să vorbească. Poate că A ar fi reacționat la indicația Brigittei, poate i-ar fi dat de gândit dacă terapeuta nu i-ar fi confirmat că acțiunile lui nu au nimic de-a face cu copilăria. Tratatamentul lui psihanalitic îi va cimenta prin urmare negarea personală și tot cu această concepție își va trata și el mai târziu pacienții. Astfel, el nu va reuși să scape de constrângerea repetării, de constrângerea de a reitera tiparele părinților lui. Întrucât va lucra și el ca terapeut, pacienții lui vor intra și ei în ciclul constrângerii de repetare și nu vor profita de șansele pe care le oferă psihoterapia, șanse care apar de îndată ce emoțiile refulate ale copilăriei timpurii pot fi înțelese în contextul lor.

3. Pedepse corporale si »misiuni« politice

Când i se inoculează unui copil convingerea că este umilit și chinuit spre binele lui, el poate rămâne cu această credință o viață întreagă. Urmarea va fi că acest om își va maltrata și el propriii copii și va fi convins că face o faptă bună. Ce se întâmplă însă cu furia, cu mânia, cu durerea pe care a trebuit să le reprime în copilărie, în timp ce era bătut de părinți și trebuia să mai și accepte acest tratament ca pe o binefacere?

Toate aceste întrebări m-au apropiat de răspunsul la prima mea întrebare legată de copilărie: de unde vine răul pe lume? Mi-a devenit tot mai clar că răul este re-creat în fiecare generație. Nou-născutul este nevinovat. Indiferent ce înclinații poate avea, nou-născutul nu simte dorința de a distruge viața, ci vrea să fie îngrijit, protejat și iubit și vrea să iubească el însuși. Când aceste necesități nu sunt satisfăcute, când copilul este în schimb maltratat, i se schimbă macazul vieții. Un om nu se simte presat spre distrugere decât când la începutul vieții lui

sufletul i-a fost schingiuit. Un copil care a crescut cu dragoste și respect nu este motivat pentru războaie. Răul nu face neapărat parte din natura umană.

Deși aceste judecăți mi se păreau clare și concludente, încă mai eram sceptică, deoarece foarte puțini oameni îmi împărtășeau convingerile. Pentru a-mi dovedi mie însămi că presupunerile mele sunt corecte, m-am îndreptat către viața lui Adolf Hitler. M-am gândit că, dacă ceea ce descoperisem se va confirma la acest om, dacă aș reuși să demonstrez că cel pe care-l consideram cel mai înfiorător criminal și exterminator în masă fusese programat de părinții lui să devină un monstru, atunci ideea tradițională și liniștitoare a predispozițiilor spre rău nu ar mai sta în picioare. În cartea mea *La început a fost educația* am descris copilăria lui Hitler și mulți oameni au fost puși pe gânduri. O cititoare mi-a scris în acest timp: »Dacă Hitler ar fi avut cinci fii, asupra cărora să se răzbune pentru torturile și înșelăciunile suferite în copilărie, poate nu i-ar fi căzut victimă poporul evreu. Toate chinurile trăite odinioară se pot descărca asupra propriului copil, deoarece crima asupra sufletului propriului copil poate încă fi camuflată prin cuvinte precum educație și disciplinare.«

Totuși nu toți cititorii au putut să accepte analiza făcută de mine lui Hitler sau să admită că pe baza acestui exemplu extrem devine clar cum se naște răul. Copii mici și nevinovați se transformă în monștri care mai târziu amenință nu numai propria familie, ci întreaga lume. Mi s-a ripostat că mulți copii sunt bătuți și maltratați și nu cresc să ajungă criminali în masă. Am luat în serios aceste argumente și m-am ocupat de aspectul copiilor care supraviețuiesc maltratărilor brutale fără a deveni mai târziu criminali. Datorită lecturii foarte multor biografii am descoperit că în toate cazurile în care victima nu a devenit mai târziu făptaș a existat o persoană devotată copilului, care astfel i-a înlesnit acestuia receptarea nedreptății ca atare. Am numit această persoană martorul salvator. Când existase un asemenea martor, copilul avusese posibilitatea să compare și să observe că i se făcea rău și să se identifice cu un om prietenos. Un exemplu celebru îl constituie Dostoievski, al cărui tată îl trata foarte brutal, însă a cărui mamă era caracterizată ca foarte iubitoare (AM 1998a).

Acolo unde însă acea persoană lipsise, unde orice alternativă la cruzime fusese absentă, unde nici un martor salvator nu putuse confirma percepția copilului că i se face rău, acolo copilul fusese în cel mai mare pericol de a considera tortura îndurată ca un tratament spre binele lui și de a aplica ulterior el însuși acea tortură altor oameni fără cele mai mici scrupule. Acel copil transformase ipocrizia într-o ideologie. Adolf Hitler învățase în casa părintească să

considere bătăile și umilințele ca necesare și juste, iar mai târziu, ca adult, acționase la fel, pretinzând că trebuie să salveze Germania prin uciderea evreilor. La fel și-au ideologizat și alți dictatori actele de răzbunare: Stalin »trebuia« să elibereze Rusia de »cosmopoliții« subversivi, Napoleon trebuia să întemeieze cu orice preț Marea Națiune, iar Milosevic »trebuia« să făurească Serbia Mare.

Orbirea societății față de aceste mecanisme face ca războaiele să fie încă posibile, *deoarece cauzele lor rămân necunoscute*. Deși probabil toți istoricii, cel puțin în Germania, știu că Frederic cel Mare a fost umilit și chinuit de tatăl lui, nu am găsit nici o analiză care să trateze legătura dintre aceste maltratări ale unui copil sensibil și războaiele de cucerire ulterioare pe care monarhul luminat s-a simțit constrâns să le ducă. Această temă este încă supusă unui tabu.

De când există omenirea se repetă același spectacol: bărbații pleacă la război, femeile îi aclamă și puțini sunt cei care se întreabă ce s-a întâmplat înainte de aclamări. Războaiele de cucerire sunt mereu camuflate ca acțiuni de apărare sau se invocă o misiune sfântă. Fatal este că majoritatea oamenilor cred bineînțeles în asta fiindcă rămân orbi în fața cauzelor pretinsei »misiuni«. Abia când vom fi înțeles cum se naște răul și cum noi îl trezim la viață în copii, abia atunci nu ne vom mai afla neputincioși la discreția lui.

Însă nu am ajuns încă atât de departe. În SUA este permisă bătaia copiilor în școlile din douăzeci și trei de state. Copiilor li se dă pentru cea mai mică vină câte o pedeapsă, de cele mai multe ori cu o bucată de lemn peste șezut, executată de o persoană aleasă special pentru așa ceva. Există o întreagă scală de pedepse corporale care au ca scop »disciplinarea« copiilor. Copiii așteaptă pe coridor unul lângă celălalt, până le vine rândul. Umilirea gravă, instituționalizată, pare a fi considerată absolut normală aici. Sentimentele de furie reprimăte ies la iveală abia mult mai târziu, în așa-numitele »gangs«. Pentru actele de răzbunare societatea oferă oricum o paletă largă de înfrumusețări ideologice și pretexte fundamentaliste. Majoritatea părinților acceptă acest sistem și chiar îl doresc. Chiar atunci când unele mame sau unii tați îl refuză, nu prea pot face nimic împotriva lui. Conform rapoartelor de pe website-ul »nospunk.org« numai în statul Texas au fost bătuți și umiliți în acest fel o sută optsprezece mii de copii în decursul unui an.

Mulți profesori nici nu-și pot imagina educația fără un sistem de pedepse. Întrucât ei înșiși au crescut cu violență, preferă pedepsele deoarece au învățat foarte devreme să creadă în »rezonanța« acestora. Ei nu au avut voie nici să-și dezvolte sensibilitatea față de suferința copilului în propria lor copilărie, nici să o

învețe în timpul studiului. De aceea nu sunt conștienți că pedepsele au cel mult pentru scurt timp un efect »pozitiv«, însă efectul de durată este că accentuează comportamentul agresiv al copiilor și adolescenților.

Un copil care este bătut acasă își va îndrepta pe banca școlii întreaga atenție spre prevenirea pericolelor, deci nu se va mai putea concentra la materia de învățat. Îl va observa foarte intens pe profesor, pentru a fi pregătit în caz de bătaie, care din perspectiva fatalistă a copilului este inevitabilă. În realitatea lui nu se poate naște vreun interes față de declarațiile verbale ale profesorului. Alte bătaii și pedepse cu siguranță că nu îi vor trezi setea de cunoaștere; pe de altă parte, înțelegerea pentru teama copilului poate uneori muta munții din loc. Ce-i drept, profesorul nu are voie să bagatelizeze realitatea copilului maltratat dacă vrea să-l ajute cu adevărat.

Pe planul legislativ întâlnim același fenomen. Nu este ușor să acordăm copiilor noștri dreptul la demnitate, chiar atunci când o dorim sincer, până nu conștientizăm în ce măsură nouă înșine ne-a fost refuzat în copilărie acest drept. Adesea suntem de părere că acționăm în interesul copiilor și nu observăm că facem exact contrariul, fiindcă am învățat atât de devreme lipsa de sentimente respectivă încât aceasta este mai puternică decât tot ce am învățat ulterior. Acest lucru poate fi explicat prin exemplul legislativ. În septembrie 2000 parlamentul german le-a revocat părinților dreptul de a-și mai supune copiii la pedepse corporale. Însă în anul 1997 acest drept le era încă acordat. El le era refuzat doar persoanelor străine cum ar fi profesorii, învățătorii, părinții adoptivi etc. Majoritatea, aproximativ patru cincimi din parlamentari, erau ferm convinși că pedepsele corporale aplicate de părinții buni pot duce în anumite cazuri la rezultate pozitive. În acest context a fost folosit mereu argumentul că un copil trebuie învățat cu forța ce pericol reprezintă traficul, pentru ca acesta să învețe să se ferească.

Un copil bătut din acest motiv nu învață însă să se ferească de mașini, ci să se teamă de părinți. Mai învață să-și bagatelizeze propriile dureri, chiar să nu le mai simtă și mai ales să se simtă vinovat. Întrucât este lipsit de protecție în clipa când este atacat, învață să creadă că un copil nu merită protecție și respect.

Mesajele greșite sunt memorate ca informații în corpul lui și îi influențează concepția asupra lumii și mai târziu atitudinea față de alții și față de el însuși. Acest copil nu va fi capabil nici să-și apere dreptul la demnitate, nici să recunoască semnalul de pericol reprezentat de durerea fizică și să se orienteze ca atare. Ca urmare, sistemul lui imunitar va avea poate de suferit. Neavând alt

model de comportament, copilul va înțelege limbajul violenței și al prefăcătoriei ca singur mijloc de comunicare și îl va folosi la rândul lui, căci adultul vrea de obicei ca sentimentul de neajutorare pe care l-a refulat odinioară să rămână în continuare refulat. De aceea mulți oameni susțin vechiul sistem educativ cu toate mijloacele pe care le au la îndemână.

O organizație cameruneză numită EMIDA (Elimination de la maltraitance infantile domestique africaine, à Yaounde, Cameroun) relatează că, în urma statisticilor lor, în Africa sunt bătuți două sute optsprezece mii de copii. Când m-am informat mai exact, am primit informația că atunci când bătăile lasă urme de sânge pe piele creierul lucrează mai bine. Este de înțeles că acei copii educați astfel nu mai vor la maturitate să știe nimic de durerile îndurate și se agață de acest sistem, pentru a nu se confrunta cu suferința reprimată odinioară. Însă consecințele acestei refulări sunt vizibile în luptele sângeroase dintre triburile africane. Se citează numeroase motive pentru aceste războaie, numai cel care sare în ochi este tăgăduit, anume că furia stocată în trupul copilului bătut tânjește să se elibereze și să se răzbune. Întrucât copilul nu a avut voie să se apere de cruzimi, mai târziu plătesc poate întregi popoare oalele sparte. Iar cauzele acestor tragedii sunt mușamalizate cu mare grijă.

M-am întrebat adesea cum de s-a întâmplat de fapt un masacru atât de îngrozitor în Ruanda. Acolo copiii sunt purtați în spate de mamele lor și alăptați foarte mult timp, ceea ce ne dă mai degrabă impresia unui paradis de siguranță și nu lasă să se bănuiască existența maltratărilor. Abia de curând am aflat că și acești copii trebuie să plătească pentru dragostea mamelor lor un preț mare, evident bagatelizat până acum, prin faptul că sunt dresați devreme ca să se supună. De la bun început li se aplică »scatoalce« la fund când le murdăresc pe mamele lor pe spate cu fecalele. Teama de acele »scatoalce« la fund îi face să plângă chiar și numai când simt nevoia de deșertare, ceea ce îi permite mamei să reacționeze rapid și să-și ia copilul de pe umeri, ca să-l învețe ce e curățenia.

Datorită acestei condiționări prin »scatoalce« la fund, sugarii nu mai fac pe ei de foarte devreme și sunt educați mai târziu și să fie »cuminți«. Impresia mea este că masacrele din Ruanda pot fi explicate prin aceste maltratări ale sugarilor. Deși copiii africani sunt bătuți cu cruzime și în școli (într-un sondaj de opinie făcut de EMIDA în Camerun în anul 2000 au răspuns doar *douăzeci din peste două mii de copii* că nu sunt bătuți nici acasă și nici la școală), educația sugarilor este definitorie. Căci cu cât violența se instituie mai devreme, cu atât lecția învățată are un efect mai durabil și cu atât mai puțin poate fi controlată de

conștient. De aceea este de ajuns primul prilej, o ideologie confuză și întâmplătoare pentru a scoate la iveală o brutalitate bestială în niște oameni care până atunci se comportau liniștit și mai degrabă smeriți, dar care în mod evident trăiau cu agresiuni foarte puternice, reprimare, al căror motiv le era necunoscut. Acest lucru trebuie să ne dea de gândit și să ne îndemne să facem neapărat cercetări în această direcție.

Pedepsele corporale nu provoacă însă întotdeauna acte de răzbunare împotriva altora. Ele duc mult prea des la distrugerea propriei vieți – până la sinucidere. Cartea lui Jeffrey Eugenides *The Virgin Suicides* – *Sinuciderile virginelor* și filmul cu același titlu demonstrează energic această legătură.

4. Bombe temporizate în creier

După părerea mea domeniul în care ignorarea factorului copilărie bate la ochi cel mai frapant este cel al pedepselor cu închisoarea. Penitenciarele de azi nu mai seamănă ce-i drept cu vechile închisori întunecate din secolele trecute. Într-un singur punct însă nu s-a schimbat mai nimic: se pune mult prea rar întrebarea de ce un individ devine delincvent și ce poate el să facă pentru a nu cădea mereu în aceeași capcană. Pentru a-și putea răspunde singur la această întrebare, prizonierul ar trebui încurajat să reflecteze la copilăria lui, să scrie și să împărtășească aceste relatări cu alți oameni, într-o grupă structurată.

În cartea *Drumurile vieții* am relatat despre un astfel de program în Canada (AM 1998a). Mai mulți tați care abuzaseră sexual de propriile lor fiice au reușit abia datorită unor astfel de grupe să înțeleagă ce suferință le-au provocat copiilor lor prin ceea ce făcuseră.

A fost decisiv faptul că au putut să discute despre propria lor copilărie cu alți oameni, în care învățaseră să aibă încredere. Au înțeles că, fără să realizeze, dăduseră mai departe ceea ce trăiseră și ei la rândul lor.

Suntem obișnuiți să trecem sub tăcere greutățile copilăriei, de aici se naște adesea fapta comisă dintr-o mânie oarbă. Vorbitul îl eliberează însă pe prizonier de această orbire, îi deschide accesul spre conștient și îl apără de interpretarea acestui rol. Din păcate programele de genul celui din Canada sunt excepții absolute.

Puțini dintre cei răspunzători știu că în deținuți ticăie bombe emoționale temporizate care trebuie dezamorsate și că acest lucru este absolut posibil prin

mai multă cunoaștere. Rezistența administrativă la astfel de forme de lucru și la această cunoaștere este însă foarte puternică.

Romancierul francez Emmanuel Carrère a publicat în anul 2000 o carte neobișnuită. *L'adversaire* descrie povestea adevărată a unui bărbat dotat peste medie, care cu douăzeci de ani în urmă studiase medicina, dar nu se prezentase la examenul din finalul anului doi și de aceea nu putuse să-și continue studiile. Din acea clipă el s-a prefăcut față de familia lui că se duce în continuare la universitate și în final că și-a absolvit studiile. »Doctorul Romand« s-a căsătorit, a avut doi copii și le povestea soției și cercului de prieteni că ia parte la cercetări științifice ale organizației mondiale a sănătății (OMS) în Geneva. Timp de optsprezece ani Jean-Claude Romand a pretins că se duce în fiecare dimineață la acele birouri, în realitate el însă stătea prin cafenele, citea ziarele sau răsfoia prospecte de călătorie. Din când în când povestea despre turnee de conferințe și trăia câteva zile prin hoteluri. Era bun cu copiii și soția lui, îi ducea pe fiica și fiul lui deseori la școală și era considerat un tată model.

Atât părinții cât și socrii lui îi dădeau pe mână sume considerabile de bani, pe care el trebuia să le investească în Elveția cu profit mare, însă pe care el le folosea pentru a-și hrăni familia. Când socrul i-a făcut o vizită și i-a spus între patru ochi că are de gând să scoată bani din cont ca să-și cumpere un Mercedes, bătrânul a căzut se pare pe scări și a murit. În final, când și o prietenă de familie și-a cerut o parte din banii investiți, »doctorul Romand« a intrat în panică și s-a decis să-și ucidă familia și apoi să se sinucidă. După ce și-a ucis ambii copii, soția și părinții și și-a dat foc la casă, pompierii au reușit să-l salveze din flăcări. Condamnat pe viață, este și acum în închisoare. Mai mulți oameni se ocupă de el și se pare că sunt destul de impresionați de »trăsăturile lui de caracter pozitive«.

Autorul susține pe bună dreptate că nu se știe de fapt cine este cu adevărat Jean-Claude Romand; se pare că optsprezece ani a fost programat pentru rolul »doctorului Romand«, iar acum joacă rolul »răufăcătorului Romand«, care însă își surprinde anturajul prin »bunătatea« lui.

Este semnificativ faptul că în această biografie romanțată copilăria acestui om, care conține probabil cheia comportamentului lui ciudat, nu este abordată decât în treacăt. Se spune doar că familia Romand era foarte mândră că nu accepta nici un fel de minciuni. Sinceritatea era considerată calitatea principală în sistemul lor declarat de valori. *Practica însă contrazicea acest ideal*: în viața de toate zilele tânărului nu i se spunea niciodată adevărul în chestiunile care-i erau importante. Mama lui avusese două avorturi spontane sau provocate, care pe el îl

tulburaseră, dar nimeni nu vorbise cu el despre acest lucru. Nu avusese voie să pună întrebări. I se ceruse să se supună întotdeauna dorințelor părinților și a făcut acest lucru într-un mod perfect. A crescut ca un copil cuminte, ca un elev exemplar, care nu pune probleme și se conforma speranțelor părinților, dar care nici nu știa cine este el cu adevărat, căci tot ceea ce ar fi exprimat adevărata lui ființă îi era interzis. Comportamentul său, dacă ar fi fost o atitudine conștientă, putea deci încă de atunci fi descris ca o minciună permanentă. Eu însă am impresia că pentru el profunda înstrăinare interioară era singura stare familiară. Nu cunoștea alta și nici nu avea posibilitatea de a face comparații. Astfel încât poate că nici nu era conștient că juca permanent un rol. Nu încă.

Abia când s-a hotărât să simuleze profesia de medic în viața lui a apărut un nou element: escrocheria conștientă. Și-a investit toată energia și toate talentele în sarcina de a-i păcăli pe ceilalți, de a-i înșela, de a le câștiga iubirea prin seducere și de a le fura banii într-un mod pe care ei nu-l puteau ghici. Gândirea lui conștientă era ocupată în totalitate cu această sarcină. În continuare nu avea voie să-și trăiască adevăratele sentimente și nevoi. Singurătatea de odinioară a fost perpetuată în sistemul creat de minciuna lui ingenioasă.

Tragedia oamenilor care nu au avut voie să se articuleze în copilărie constă în aceea că, fără s-o știe, ei duc o existență dublă. După cum am descris în *Tragedia copilului dotat*, ei și-au creat în copilărie o identitate falsă și nu știu că mai au una, în care sentimentele și nevoile refulate rămân încuiate ca într-o închisoare, deoarece nu au întâlnit niciodată un om care să-i ajute să-și înțeleagă situația, să vadă temnița ca atare, s-o părăsească și să-și articuleze sentimentele și nevoile autentice.

»Doctorul Romand« este un exemplu spectaculos în această privință: adevărul reprimat timp de patruzeci de ani și-a făcut loc ca o explozie printr-o crimă înfiorătoare. Există însă nenumărate exemple de procese asemănătoare, care au trăsături mai puțin senzaționale și care cu toate acestea distrug viața altor oameni, uneori mai încet, alteori mai rapid. Întotdeauna țelul hotărâtor este de a menține propria minciună existențială, pentru a primi în sfârșit atenția sau admirația căroră în copilărie li s-a simțit lipsa într-un mod atât de dureros. Mai demult acești oameni erau denumiți psihopați, ulterior sociopați, astăzi se vorbește de personalități narcisiste, sau de perversi. Întotdeauna însă este vorba de golirea lumii interioare și de accesul blocat la adevăratele sentimente.

Acești oameni pot fi neobișnuit de adaptabili, pot fi chiar deținuți exemplari, după cum ilustrează cazul »doctorului Romand«. Dar ei nu știu nici măcar după

facta comisă cine sunt cu adevărat, continuă să joace un rol, anume acela care se aşteaptă de la ei. »Doctorul Romand« fusese mai întâi un tată şi soţ iubitor, un prieten credincios, un fiu şi ginere admirat, apoi şi-a ucis întreaga familie şi la scurt timp a devenit un deţinut pe care toată lumea îl respecta. Dar cine este el cu adevărat? Nimeni nu ştie, el probabil cel mai puţin. Pentru asta ar fi trebuit să-şi examineze propriul gol sufletesc, însă de această privedişte a fugit cu multă îndemânare o viaţă întreagă.

Pedeapsa cu închisoarea nu se ocupă de aceste întrebări. Ele sunt puse în cărucia psihologilor şi psihiatrilor, care nu consideră că este sarcina lor să-i ajute pe oameni, prin confruntarea cu copilăria, să-şi descopere adevărata identitate.

Odată am auzit la televizor un director de închisoare tânăr şi cam plin de el care spunea că în închisoarea condusă de el taţii incestuoşi învăţau în terapie de grup să-şi iubească copiii şi în acest fel se eliberau de constrângerea de a-şi mai viola fiicele şi fiii. Suna bine. După acea emisiune l-am sunat pe director şi l-am întrebat dacă mulţi dintre acei taţi incestuoşi fuseseră la rândul lor victimele abuzului sexual în propria lor copilărie. Mi-a confirmat că aceste cazuri erau »foarte dese«, dar că nu trebuie să răscolim trecutul, ci să avem grijă ca ei să-şi asume răspunderea în ziua de azi, ca adulţi, faţă de copiii lor, iar acest lucru îl învăţau în terapiile de grup. Asta era convingerea lui. I-am replicat că după părerea mea această atitudine responsabilă este posibilă abia atunci când acei bărbaţi ar fi descoperit şi ar fi trăit durerea pentru ce li s-a făcut **lor** în copilărie. Directorul auzise de mine. Am vrut să-i trimit prin fax un text de cinci pagini pe care-l redactasem pe această temă şi l-am întrebat dacă este de acord. M-a refuzat pe motiv că lipsa de timp nu-i permite lecturi suplimentare, el lasă aceste chestiuni pe mâna psihologilor şi psihiatrilor.

Acest om se arătase la televizor deosebit de progresiv, însă nu era interesat să afle motivele pentru care taţii distrug vieţile fiicelor lor. Pentru el era vorba de o problemă pur practică pe care trebuia s-o rezolve ca pe toate celelalte probleme de administraţie din închisoare.

Răspunsul şi lipsa lui de interes nu sunt de mirare, ci reprezintă regula. Cu toate acestea, în acest caz miza este mult mai mare. Ceea ce i-a scăpat directorului este că, pe lângă chestiunile psihologice, aici este vorba şi de o problemă socioeconomică. Asta înseamnă că în cazul în care fiecare deţinut va fi capabil în sfârşit să realizeze că el însuşi a fost în copilărie victima abuzului sexual şi să vadă ce sentimente a lăsat acest lucru în sufletul lui, este foarte probabil ca într-adevăr constrângerea lui de a repeta delictele să poată fi

eliminată pe termen lung. De curând am citit întâmplător într-un ziar că din trei sute de criminali în serie anchetați în SUA toți fără excepție recidivaseră după ce fuseseră eliberați. În ciuda terapilor, scria în articol. Nici nu este de mirare că dacă motivele crimelor, ascunse în istoria copilăriei, nu au fost abordate nici măcar tangențial de »terapii«, ele l-au împins pe respectivul din nou spre distrugere. De ce ar fi schimbat închisoarea ceva în această privință? În concluzie, dacă pornim de la ideea că o terapie revelatoare și o stimulare a prelucrării emoționale a traumelor copilăriei poate scurta considerabil durata pedepsei, atunci nu trebuie cheltuite fonduri imense rezultate din impozite pentru a menține orbirea oamenilor și a le restrânge în închisori posibilitățile de alegere. Acea parte a personalității care a fost scindată, negată și refulată poate fi integrată. Atunci nu va mai fi nevoie să le predicăm acestor oameni ce este responsabilitatea și ce este dragostea, le vor percepe ei înșiși .

5. *Tăcerea bisericii*

Școlile religioase de diverse confesiuni cultivă cruzimea într-o măsură de neînchipuit și justifică orice formă de sadism în numele lui Dumnezeu sau al profeților, chiar când aceștia nu s-au pronunțat niciodată pentru torturi. Adeptele feminismului au descoperit de exemplu că din nici un rând al Coranului nu reiese obiceiul barbar de a mutila organele genitale ale femeilor. Acest ritual așa-zis religios se bazează doar pe dorința de putere a bărbaților și pe faptul că mamele și bunicile mutilate la rândul lor insistă să pricinuiască fiicelor și nepoatelor lor aceeași suferință pe care au îndurat-o și ele odinioară și au negat-o – rezultatul fiind acela că în ziua de azi există nenumărate femei cărora le-a fost înlăturat operativ clitorisul la vârsta de zece ani și care aprobă în marea lor majoritate această tradiție (AM 1988a).

În Republica Federală Islamică a Comorelor, aflată în estul Africii, guvernul intenționează să introducă interdicția pedepsei corporale, în scopul – menționat în scrisoarea lor către Comisia ONU pentru Drepturile Copiilor – de a apăra dreptul copiilor la o copilărie fără torturi (vezi Raportul Comisiei ONU pentru Drepturile Copiilor de pe 12 august 2000). În acea scrisoare, spre deosebire de alte buletine liniștitoare, sunt descrise cu o franchețe uimitoare practici ale școlilor Coranului care arată limpede în ce măsură religia e folosită ca pretext pentru sadismul profesorilor. Copiii sunt biciuiți pentru cea mai mică vină și în plus sunt umiliți

într-un mod care depășește orice putere de imaginație. După biciuire sunt băgați într-o puțină plină cu urzici. Sau sunt dezbrăcați pe jumătate, se toarnă peste ei apă cu zahar și sunt lăsați în plin soare pentru ca insectele să se așeze pe ei. După aceea sunt goniți pe străzi și obligați să-și strige vina și să se rușineze pentru ce au făcut.

Spre deosebire de adulții care supraviețuiesc torturilor, copiii umiliți *nu* povestesc ceea ce li s-a făcut, rușinea îi împiedică. Memoria conștientă reușește poate chiar să uite acest martiriu, în orice caz va refula chinurile îndurate. Însă memoria trupului lor păstrează fiecare detaliu, iar comportamentul adultului va demonstra asta mai târziu. Întrucât li s-a inoculat că practicile nemiloase de pedepsire sunt juste și dorite de Dumnezeu, mai târziu pot și ei să se răzbune fără nici un fel de rețineri. Douăzeci de ani mai târziu unii dintre acești copii vor preda ei înșiși la școlile Coranului și le vor face elevilor și propriilor copii același rău. Și se vor bucura de respectul societății și vor fi considerați bărbați cuvioși, care-și iau în serios datoria.

Așa se naște sadismul sub masca pioșeniei și a religiei. Profesorii menționați nu se nasc sadici, ci și-au însușit gustul cruzimii ca elevi sau poate și mai devreme, adică acasă. Și totul întotdeauna sub pretextul »e spre binele tău«. Echipați cu aceste informații greșite încă din cea mai fragedă copilărie, aceștia – cu foarte mici excepții – fac tot posibilul pentru ca elevii lor să îndure aceeași soartă.

Creștinii nu au nici un drept să se revolte pe tema școlilor islamice, atâta vreme cât și școlile particulare creștine consideră pedeapsa corporală ca o parte integrantă importantă a datoriilor lor religioase. În vara anului 2000 guvernul din Africa de Sud a introdus în școli interdicția pedepselor corporale, ceea ce a stârnit proteste zgomotoase. Pe data de 17 august 2000 guvernul a publicat pe internet un document redactat de aproape două sute de grupări creștine, care solicitau pentru cei peste patru sute de mii de elevi o reglementare separată, pentru ca educatorii lor »să-și poată îndeplini datoriile religioase«. În acel document se vorbea pe șleau și despre »dreptul educatorilor și al părinților de a supune copiii la pedepse corporale«. Aceste argumente pseudo-religioase ascund adevăratele motive ale acestei lupte pentru putere a profesorilor, care nu urmăresc decât să se răzbune pe elevi, conștient sau inconștient, pentru umilințele pe care le-au trăit ei înșiși odinioară. Aceste motive duc inevitabil la continuarea confuziei și traumatizării copiilor, care ulterior se vor servi și ei de prefăcătorie pentru a-și masca propriile motive.

Nu avem dreptul să privim cu superioritate Africa și să considerăm că prin noile legi am reușit să impunem educația fără violență a copiilor. Nu am reușit nicidecum acest lucru, dar am făcut un pas important spre anularea blocajelor de gândire. E de sperat că un copil european va învăța curând și măcar în școală că a bate copiii este ceva distructiv și nu salvator. Și va afla și de ce – dacă profesorul lui nu este victima blocajelor de gândire. Acel copil va deveni astfel cu timpul imun la informații greșite.

Din diferite părți ale lumii primesc mereu scrisori de la oameni care-mi povestesc câtă suferință au îndurat în internatele catolice din cauza pedepselor corporale și nu numai. Pe de altă parte aud de ici de colo părerea că în ziua de azi multe nu mai sunt atât de rele ca odinioară, că biserica nu mai recomandă deja de o bună bucată de timp maltratarea fizică. Cu încredere în aceste informații, am trimis o scrisoare Papei Ioan Paul al II-lea rugându-l să adreseze un apel mamelor și taților în devenire, pentru a le arăta consecințele tragice ale violenței față de copii.

Am făcut-o cu convingerea că în cunoștință de cauză este mai ușor să le oferi propriilor copii dragoste și să înveți de la ei, decât ca urmare a ignoranței să-i transformi încă de la începutul vieții în mici pacienți, pe care să-i trimiți în tratament medical și psihologic deoarece nu le înțelegi simptomele. Întrucât cuvintele Papei ajung la multe milioane de oameni și el se bucură de o mare autoritate, am tras concluzia că o atitudine clară din partea lui împotriva violenței față de copii ar putea produce niște schimbări de comportament fundamentale.

Sperând că noile descoperiri psihologice și neurologice îi vor trezi interesul și cooperarea și știind că aceste cunoștințe sunt încă prea puțin răspândite, m-am străduit foarte tare să le prezint cât mai pe scurt posibil. Am încercat să mă asigur că scrisoarea, redactată în mai multe limbi, îi va fi înmănată Sfântului Părinte personal, însă răspunsul scris pe care l-am primit mă face să mă îndoiesc de acest lucru. Scrisoarea nu conținea nici un singur pasaj din care să se tragă concluzia că Sfântul Părinte ar fi primit informațiile mele.

Secretariatul statului Vatican mă informa că scrisoarea mea din 14 octombrie ajunsese cu bine în corespondența (!) Sfântului Părinte și că fusese citită cu interes.

Se aprecia atenția pe care o manifestam pentru copiii care sunt victime ale violenței. Biserica s-a ocupat dintotdeauna de educarea tineretului și reamintește constant tuturor că trebuie să-i însoțim pe copii și pe tineri pe drumul vieții cu răbdare și tact, pentru a-i ajuta să se maturizeze fizic, psihic, moral și spiritual.

Chiar de curând biserica l-a canonizat pe Peter Marcellin Champagnat, fondatorul ordinului fraților Mariști și un mare avocat loial al tineretului, pentru a onora marea simpatie a acestuia față de tineret.

Sfinția Sa mă lăsa în paza Fecioarei Maria și îmi acorda binecuvântarea papală atât mie cât și tuturor celor apropiați mie.

În mod evident, persoanele care ar fi trebuit să înmâneze mai departe scrisoarea mea și care erau răspunzătoare de cenzură nu au înțeles prea mult din conținutul scrisorii. Se poate de asemenea ca informațiile mele să le fi provocat amintiri dureroase și chinuitoare despre propria lor educație, care i-au determinat să ignore întreaga petiție. Iar asta nu numai în Vatican, ci și în toate celelalte birouri intermediare, în Franța, în Elveția, în Polonia și în SUA. Astfel am primit doar acest răspuns care nu spune nimic, pe care îl consider o scrisoare standard și care de fapt nu are absolut nimic de-a face cu rugămintea mea. Și următoarea mea încercare, de a-l câștiga de partea mea pe cardinalul Jean-Marie Lustiger, a eșuat. La întrebarea mea, cum aș putea face accesibile bisericii noile cunoștințe despre urmările periculoase ale violenței în educație, am primit de la secretariatul lui un răspuns evaziv. Mi s-a comunicat că înaltele autorități bisericești nu pot să se pronunțe »în orice chestiune« și că este răspunderea noastră, a profanilor, să ne explicăm punctul de vedere. În răspunsul meu am scris printre altele: »Trebuie oare acum să trag concluzia, din scrisoarea dvs., că milostivenia predicată de biserică încetează chiar când e vorba de suferința unui copil bătut și neajutorat?«. Întreaga corespondență poate fi citită pe homepage-ul meu <http://www.alice-miller.com>.

Nu mă așteptam ca atitudinea părinților să se schimbe peste noapte prin cuvântul papal, dar consideram că transmiterea informațiilor tocmai de către instituția care recomandase atâta vreme pedepsele corporale ar fi avut o influență mare asupra mentalității multor credincioși. Cu o singură propoziție, Papa ar fi putut distruge cercul vicios al violenței – dacă anturajul lui ar fi vrut cu adevărat acest lucru. De obicei durează foarte mult până când descoperirile științifice ajung și la oamenii care nu au fost deloc sau doar puțin la școală, care pur și simplu repetă ceea ce le-au făcut propriii părinți, care în concluzie când se înfurie își bat copilul și numesc asta educație – chiar când copilul moare din cauza maltratărilor. Această atitudine spirituală care este tolerată în întreaga lume drept normală ar fi putut fi schimbată radical printr-o propoziție din partea Papei. Dar această corectare nu are loc. Deocamdată acolo sus domnește tăcerea.

Nu știu de fapt dacă argumentele mele l-ar fi impresionat pe Papă. Din biografia lui am aflat că s-a bucurat fără îndoială de dragoste maternă și ulterior, după moartea timpurie a mamei, și de multă atenție din partea tatălui. Dar este improbabil că ar fi reușit în copilăria lui să scape de părerea obișnuită pe atunci, că numai o educație severă poate transforma un copil într-un bărbat adevărat. Această părere rămâne adesea valabilă, după cum se știe, o viață întreagă, împreună cu dragostea față de părinți, iar a o zdruncina poate trezi temeri foarte vechi. Eu însă încă sper că Papa va face față acestei provocări, dacă va realiza câte depind de asta. Dacă înțelege că el are puterea să le deschidă ochii părinților din ziua de azi, că prin violența pe care o exercită din constrângere ei produc din nou violență, nu se poate ca Papa să nu-și dorească să pună această putere în slujba binelui copiilor. Această dorință ar trebui să fie cu atât mai puternică dacă realizează că el poate cu puține cuvinte să ferească milioane de copii de maltratările pe care aceștia le suferă zilnic în numele educației.

Nu este suficient să-l canonizezi pe Marcellin Champagnat, un om care a trăit în sec. XIX, pentru presupusa lui dragoste față de copii, pentru a îndeplini sarcina importantă de prevenire a violenței în timpurile noastre. Însă asta este tot ce mi-a comunicat Vaticanul când mi-am exprimat rugămintea să intervină în favoarea protejaților săi care au nevoie de ajutor.

Printr-o experiență asemănătoare a trecut și Olivier Maurel când a încercat să le prezinte episcopilor francezi problema pedepsirii copiilor prin bătaie. Citez aici traducerea scrisorii lui adresate consiliului episcopal:

»Excelența dvs.,

Imi permit să mă adresez dvs. deoarece lucrez la o carte despre supunerea copiilor la pedepse corporale. Nenumărate rezultate actuale ale cercetărilor demonstrează că pedeapsa corporală, chiar și »scatoalcele« care sunt considerate inofensive, au urmări deosebit de grave pentru copii. Comitetul ONU pentru >Drepturile Omului la Copii< ține socoteală de acest fapt și chestionează regulat de aprox. zece ani guvernele care au semnat convenția pentru drepturile copiilor. Aceste țări trebuie să prezinte din cinci în cinci ani un raport despre respectarea drepturilor copiilor în țara respectivă, în special în ce privește recurgerea la violența fizică în familii, în școli și în instituțiile de corecție. Rapoartele, protocoalele Comitetului ONU din Geneva pentru >Drepturile Omului la Copii< precum și comentariile comitetului adresate fiecărui stat în parte se află pe website-ul <http://www.unhchr.ch>. Toate aceste texte arată, uneori la modul

însământător, cum copiii din întreaga lume sunt, în măsură mai mare sau mai mică, victimele unei adevărate >xenofobii<, după cum precizează un raport.

Aș dori să aflu de la dvs. ce întreprinde biserica catolică în acest domeniu. Indicațiile evangheliei, că le datorăm copiilor respect și protecție, sunt clare ca lumina zilei. Cum se împacă acestea cu realitatea educativă în care umilirea copiilor este la ordinea zilei? După propriile lor declarații, în Franța optzeci la sută din părinți folosesc violența fizică în scop educativ. Impresia mea este însă că biserica păstrează o tăcere absolută vizavi de acest fapt. Sigur, uneori acuză maltratările grave, însă ceea ce societatea numește așa sunt doar cazurile excepționale, în care faptașii se evidențiază printr-o cruzime deosebită, cazuri urmărite și de către justiție. În realitate, diferențierea între conceptele de >maltratare a copiilor<, >educație părintească< și >disciplinare< este absolut artificială. În realitate, există în întreaga lume copii care sunt supuși bătăilor în numele dreptului educativ al părinților.

Am încercat să obțin informații de la responsabilul ziarului *Missions africaines*, fiindcă pe continentul american maltratările fizice sunt deosebit de răspândite și pline de cruzime, iar acolo biserica catolică este foarte bine reprezentată. Iată răspunsul preotului Claude Rémond: >Din păcate nu am nici un fel de surse de informație de încredere pentru a putea afirma că biserica îi face pe părinții din Africa mai receptivi la problema violenței educative.< Acest preot a avut amabilitatea de a-mi da adresa unei călugărițe din Togo, care se ocupa de copiii străzii. În scrisoarea ei de răspuns la întrebările mele, ea îmi confirmă pe de o parte că în mentalitatea de acolo >nu există educație fără bătaie<, iar pe de altă parte adaugă că ea nu crede că biserica se opune, fiindcă uneori pot fi văzuți în biserici adulți care păstrează cu băta în mână ordinea în grupurile de copii. Care este deci poziția bisericii catolice? A dat declarații speciale cu privire la această problemă? Papa și episcopii fac des trimiteri la violență în general. Dar din câte știu eu nu se referă niciodată la faptul că mulți copii fac cunoștință cu violența – lovituri peste față, peste cap, peste spate sau peste fund – prin persoanele pe care acești copii le iubesc cel mai mult: părinții lor. Asta deși se știe în ziua de azi că toți copiii învață din faptele și nu din vorbele noastre. Când adulții se comportă cu cruzime, asta este din cauză că ei înșiși au trăit violența pe propria piele de la persoane pe care le luau ca exemplu. Din cea mai fragedă copilărie au învățat că după toate aparențele conflictele se pot rezolva numai prin violență. Așa că la ce ajută condamnarea violenței, dacă nu se analizează niciodată cauzele ei?

V-aș fi foarte recunoscător dacă mi-ați comunica dacă au existat niște declarații ale bisericii, ale Papei sau ale episcopilor în această problemă. Dacă dvs. nu știți răspunsul, vă rog să-mi spuneți cui trebuie să mă adresez cu întrebarea mea.

Cu deosebită considerație,
Olivier Maurel«

Maurel mi-a trimis copia acestei scrisori cu următoarea completare:

»Secretariatul consiliului episcopal mi-a trimis ca răspuns doar o listă cu șapte organizații religioase, despre care se presupune că se ocupă de aceste chestiuni. Le-am scris la toate și după două luni am primit un singur răspuns, în care mi se comunica despre respectiva organizație că se ocupă exclusiv de tortura exercitată de stat.«

Această tăcere generală este foarte neliniștitoare. Dacă destinatarii nu ar fi auzit pentru prima oară explicația noilor descoperiri, probabil că ar fi menționat acest lucru într-o scrisoare. Însă dacă au fost confrunțați pentru prima dată cu acest subiect, este greu de înțeles de ce aceste informații nu le-au trezit nici un interes. Oare e posibil ca binele generațiilor viitoare să le fie total indiferent? Doar vorbesc des despre violență și caută mijloace de a o elimina. Sunt cu siguranță împotriva urii și violenței. Dar de ce nu vor să știe de unde vine ura și cum se dezvoltă ea? De ce tratează cu indiferență mina de aur care li se arată?

Cum să lupți cu succes împotriva unui rău când refuzi să privești și să accepți că el este produs din nou zi de zi? Din teama copilului de a atinge un subiect dureros nu mai suntem în stare să vedem ce posibilități avem astăzi, *ca adulți*, de a combate o catastrofă îngrozitoare. Avem la dispoziție nenumărate mijloace de prevenire a reînscenării nenorocirii, însă pentru a le folosi bine trebuie *să deschidem ochii*.

Oare o asemenea capacitate de a vedea și o luare de poziție fără echivoc a bisericii împotriva bătăii copiilor ar slăbi puterea bisericii? Acest lucru este de presupus, deoarece actuala putere a bisericii se bazează pe supunerea credincioșilor față de imperativele ei autoritare. Dacă unii credincioși cu conștiință de sine ar începe să se îndoiască de structurile bisericești, acest lucru ar dărâma construcția puterii bisericii. Însă ignorarea cauzalităților psihice cu siguranță nu va ajuta aceste structuri să supraviețuiască încă un mileniu.

Și de ce are nevoie biserica de putere? Nu este construită pe mesajul iubirii, care exclude gândul puterii în sine? De ce are atât de puțină încredere în puterea dragostei, încât se agață de putere și pretinde supunere? Milioane de oameni nici nu-și pun această întrebare, deoarece ei caută siguranța în religie și sunt de părere că aceasta exclude liberul arbitru. Datorită experiențelor din copilărie, ei nici nu-și pot imagina că Dumnezeu ar iubi un om care-și exercită liberul arbitru. Acești oameni au fost nevoiți să plătească pentru dragostea părinților, exact ca Adam și Eva, cu o supunere absolută, cu o încredere oarbă, cu renunțarea la cunoaștere și la gândirea proprie, deci cu abandonarea adevăratei lor ființe. Ei acceptă atitudinea autoritară a bisericii deoarece o cunosc prea bine din propria lor copilărie: Noi știm mai bine decât tine ce-ți trebuie. Dacă vrei să fii iubit trebuie să te supui. Nu ai voie să ne pui la îndoială, nu-ți datorăm nici un fel de răspunsuri.

Spiritul genezei este evident acela care îi călăuzește mereu pe credincioși. Ei se roagă de sărbători, se supun preaplecați tuturor poruncilor autorității și nu pun nici un fel de întrebări. Au pierdut această capacitate în copilărie. Însă există în continuare pericolul ca mulți dintre ei să-și pună într-o clipă supunerea și lipsa de discernământ în slujba unei alte puteri, de data asta a uneia extrem de distructive.

Jurnalele lui Rudolf Höß, comandantului de la Auschwitz, care fusese un băiat cuminte și ascultător, arată ce pericole pândesc într-o asemenea educație (AM 1980). Oamenii care în copilărie au fost întotdeauna nevoiți să »se supună dorințelor și ordinelor adulților« și căroră aceste principii le-au »intrat în sânge« se supun astăzi fără ezitare celor mai confuze ideologii ale unor secte religioase, ale organizațiilor neonaziste sau ale comunităților fundamentaliste și distrug – la ordin, ca întotdeauna – viețile oamenilor și demnitatea umană, fără cea mai mică urmă de autorefecție. Ei nu știu că imită distrugerea de odinioară a propriei lor demnități. Nu știu, deoarece nu au avut voie să trăiască în mod conștient propria umilință timpurie, fiind dresați exclusiv să se supună. *Oamenii care au supraviețuit copilăriei și tinereții cu pumnii strânși în buzunare vor face uz de acești pumni aproape automat atunci când li se dă voie.*

De câte ori trebuie să se repete acest spectacol până când biserica și guvernării în general să realizeze care este reversul supunerii? Cât va mai dura până vor saluta cu bucurie o educație în care să se stimuleze independența și capacitatea de critică a copiilor, o educație în care copilul care gândește liber să se poată simți în siguranță și iubit acasă la el? Un asemenea copil nu va avea

nevoie mai târziu să pună bombe, să dea foc la case sau să arunce cu pietre și să-și ispășească pedepsele în închisoare.

La fel ca și Olivier Maurel, și eu am scris nenumărate scrisori multor politicieni de vârf, președinților de stat, prim-miniștrilor și miniștrilor, mai ales celor care se arătau în discursurile lor foarte neliniștiți de violența crescândă a tineretului. Am vrut să-i informez despre cauzele acestei violențe și să le explic că suntem cu adevărat în stare să întreprindem ceva împotriva acestei escaladări a violenței, dar numai când vom fi realizat cauzele ei. Mi s-a întâmplat însă la fel ca și cu administrația Vaticanului și cum i se întâmplase lui Olivier Maurel cu consiliul episcopal. Am primit doar un răspuns de la ministerul familiei unei țări mari, al cărui secretariat mi-a mulțumit pentru interesul meu față de »educația părintească« și a ignorat total că eu scrisesem despre »*violența* în educația părintească«.

Nu mai poate fi trecut cu vederea faptul evident că marea majoritate a conducătorilor bisericii și statului se tem să se ocupe de tema educației prin violență, fie din frica de a nu-și indispuie alegătorii, fie din spaima veche din copilărie față de pedeapsa părinților, dacă ar lua fără echivoc apărarea copilului. Însă se înșeală dacă se cred lipsiți de putere în acest caz. Dimpotrivă, propria lor istorie i-ar ajuta dacă s-ar decide să se deschidă față de ea și să acționeze conștient în mod constructiv.

Tăcerea evazivă, neutralitatea, refuzul de a ști, ignorarea informațiilor accesibile – totul pare o pasivitate inofensivă. În realitate însă este o decizie fatală, deși inconștientă, o decizie care favorizează distructivitatea tineretului, ținându-l prizonier în tradiția supunerii oarbe, cu toate consecințele ei periculoase.

Experiențele mele cu autoritățile bisericii nu exclud evident faptul există și anumiți preoți care arată un mare interes și o profundă înțelegere față de noile descoperiri psihologice. Ei constituie excepția, însă în viitor, datorită activității lor, acest lucru se poate schimba. În această categorie intră fără îndoială Donald Capps, pe care profesoratul la seminarul pastoral teologic din Princeton nu l-a împiedicat să cerceteze mina de aur numită »copilărie« și să facă niște descoperiri interesante, printre altele despre paternitatea lui Augustinus.

6. Începuturile vieții – copilul vitreg al biografiilor

În prolog am vorbit despre geneză, despre dificultățile mele de a accepta imaginea unui Dumnezeu iubitor și răzbunător și de a înțelege explicații a căror logică nu mă convinge. Doresc acum să-l confrunt pe cititor cu un alt aspect al genezei: Mărul interzis simbolizează pentru mine nu numai cunoașterea abstractă a binelui și a răului, ci și mai ales cunoașterea originilor vieții proprii, care ne face să înțelegem concret nașterea răului.

Ca și Adam și Eva înainte a păcatului original, ne naștem nevinovați și, cu mici excepții, toți suntem confrunțați cu porunci, amenințări și pedepse. Părinții noștri își proiectează sentimentele propriei copilării traumatice asupra noastră și ne învinuiesc, fără să realizeze acest lucru, de lucruri care odinioară li s-au întâmplat lor. Ca și psihiatrul A în povestea Brigittei, părinții reacționează adesea orbește și distructiv, deoarece se găsesc în realitatea copilăriei lor, fără a fi conștientizat acest lucru. Pentru a supraviețui maltratărilor precum bătaia, umilințele și neglijarea, au fost nevoiți să-și ascundă sentimentele față de ei înșiși. Acum au devenit sclavii acestor emoții, pe care nu le pot controla deoarece nu le înțeleg sensul și nu le înțeleg sensul deoarece, ca și Adam și Eva în paradis, au fost siliți să considere că cruzimea este iubire, au fost siliți să urmeze ordine de neînțeles și să rămână orbi uneori până la sfârșitul vieții, amenințați cu iadul și purgatoriul.

Cu alte cuvinte, copilului îi este interzis să realizeze cruzimea părinților și nu are voie să observe cum este schingiuit sufletește la începutul vieții sale. El trebuie să creadă că un copil nu simte nici o durere, că totul s-a întâmplat pentru binele lui și că el însuși este vinovat dacă a avut de suferit. Toate acestea numai pentru a păstra tăcerea asupra faptelor părinților. *Întrucât însă corpul reține totul, adultul nu poate să scape de ceea ce știe. Chiar dacă nu este conștient, asta îi stăpânește întreaga viață, comportamentul, modul cum reacționează la nou și mai ales relația cu propriii copii.*

Mărul interzis simbolizează nu numai porunca exterioară, dar și cea interioară a economiei forțelor unui organism tânăr. Un copil mic nu ar putea supraviețui adevărului, trebuie să-l refuleze din motive pur biologice. Însă această refulare, această incapacitate de a-și cunoaște propria origine are un efect distrugător. Pentru a dezamorsa acest efect avem nevoie de terapeuți, consilieri, profesori care să nu simtă emoțiile adultului ca pe o junglă, ci ca pe niște roade, uneori fructe otrăvite ale unei însămânțări greșite, însă al căror efect poate fi înlăturat cu ajutorul cunoașterii, pentru a face loc unor plante care nu vor face rău nimănui. Nici un om nu simte nevoia să se hrănească cu plante otrăvitoare,

însă unii o fac deoarece nu cunosc altceva. Nu cunosc altceva deoarece se agață de ceea ce le este cunoscut și pentru care și-au dezvoltat strategii de supraviețuire. Dacă cineva ne ajută să recunoaștem vechile tipare de comportament ale părinților noștri în contextul propriei noastre copilării, atunci nu mai suntem constrânși să le repetăm orbește.

Lipsa de interes a biografilor față de primele influențe marcante ale existenței umane este semnificativă. Cu excepția psihoistoricilor, aproape nici un biograf nu se ocupă de copilăria conducătorilor politici, de ale căror decizii fatale depinde totuși viața a milioane de oameni. În miile de cărți despre viața dictatorilor, detaliile elocvente ale copilăriei fiecăruia aproape că nici nu sunt menționate sau însemnătatea lor este bagatelizată din lipsa cunoștințelor psihologice. Și când ne gândim că din aceste realități s-ar putea învăța multe lucruri utile. Acest fapt poate fi ilustrat prin exemplul a doi oameni celebri, Stalin și Gorbaciov.

Stalin a fost unicul copil al unui alcoolic, care-l bătea zilnic foarte violent, și al unei mame care era mai mult absentă, care nu-l proteja niciodată și care era la rândul ei bătută. Înaintea nașterii lui Stalin, mama lui – ca și mama lui Hitler – își pierduse primii trei copii. Iosif, singurul copil care supraviețuise, nu știa niciodată dacă nu cumva în clipa următoare va fi ucis de tatăl lui. Spaimile și panica lui refulate au dus la paranoia adultului Stalin, la ideea fixă că toți vor să-l ucidă. De aceea în anii treizeci a ordonat deportarea sau execuția a milioane de oameni. Se naște impresia că în dictatorul cel puternic și onorat lupta în ciuda acestei puteri un copil neajutorat împotriva unui tată amenințător. Poate că în procesele înscenate împotriva intelectualilor, care adesea îi erau superiori în spirit, Stalin încerca mereu să-și împiedice tatăl să-l ucidă pe copilul nevinovat. Evident, fără să știe. Dacă ar fi fost conștient de acest lucru, nu ar fi trebuit să moară milioane de oameni.

Cu totul altfel a fost situația în familia Gorbaciov, în care nu exista tradiția maltratării, ci tradiția respectului față de copil și nevoile lui. Urmările pot fi văzute de oricine în comportamentul adultului Gorbaciov. Nici un alt om de stat contemporan nu a dovedit calități mai neobișnuite ca el: curajul de a vedea realitatea și de a căuta soluții flexibile, respectul față de semenii lui, mobilitate în dialog, modestie în modul de trai și eliberarea de ipocrizie, care în rest e întâlnită atât de des în discursurile politicienilor avizi de putere. Gorbaciov nu a fost niciodată mânat de vreo ambiție de a se impune care să-l facă să ia decizii

absurde. Se pare că atât părinții, cât și bunicii lui, care au avut grijă de el în timpul războiului, au fost oameni deosebit de iubitori.

Tatăl, decedat în 1976, a fost descris de mulți ca fiind un om care se purta prietenos și pașnic cu ceilalți și care nu fusese auzit niciodată să ridice vocea. Mama era caracterizată ca fiind puternică, sinceră și veselă. În ciuda celebrității fiului ei, ea a rămas mai târziu mulțumită în căsuța ei de la țară. Copilăria lui Gorbaciov oferă încă o dovadă a faptului că nici măcar cele mai mari lipsuri materiale nu dăunează caracterului copilului, atâta vreme cât nu îi este violată integritatea prin prefăcătorie, maltratări, pedepse corporale și umilințe sufletești.

Teroarea stalinistă, ulterior războiul îngrozitor, ocupația brutală, sărăcia cruntă, munca fizică grea – toate acestea au făcut parte din destinul lui Gorbaciov. Dar un copil poate suporta toate aceste lucruri dacă climatul emoțional în casa părintească îi oferă protecție și siguranță. Un exemplu poate ilustra acest climat: La sfârșitul războiului Mihail Gorbaciov nu s-a putut duce trei luni la școală, deoarece nu avea pantofi. Când tatăl său, care era rănit în infirmeria armatei, a aflat acest lucru, i-a scris soției lui că »trebuie neapărat să facă ceva pentru ca Mișa să se poată duce din nou la școală«, fiindcă îi plăcea atât de mult să învețe. Mama vinde ultimele oi cu o mie cinci sute de ruble și-i cumpără copilului cizme militare. Bunicul îi face rost de o haină călduroasă și la rugămintea copilului face rost de una și pentru prietenul acestuia.

Protecția și respectul față de nevoile copilului – aceste lucruri ar trebui de fapt să fie de la sine înțelese. Lumea noastră este însă plină de oameni care au crescut fără drepturi, fără respect și de aceea ca adulți încearcă să obțină cu forța acest respect (printre altele cu ajutorul șantajului, amenințărilor sau armelor). Întrucât destinul lui Gorbaciov reprezintă probabil o excepție, trăim într-o societate care este oarbă în fața urmărilor maltratării copiilor. Mii și mii de profesori predau la universități orice altceva, însă nu există nici o singură catedră universitară care să se dedice consecințelor maltratării copiilor, fiindcă aceste maltratări rămân deghizate ca educație.

Când vorbesc de lipsa de interes a biografiilor cu privire la copilărie, aud des că subiectul copilăriei este de douăzeci de ani la modă în literatură. Într-adevăr, au apărut numeroase autobiografii în care autorii acordă mult spațiu copilăriei lor. În plus, în general în ziua de azi copilăria nu mai este transfigurată și idealizată, ci nenorocirea este prezentată mai liber și mai pe șleau. În majoritatea autobiografiilor pe care le cunosc, autorii păstrează însă o distanță emoțională față de suferința copilului. De regulă întâlnim foarte puțină empatie și o lipsă

izbitoare de revoltă. Nu sunt chestionate nedreptatea, orbirea emoțională și cruzimea rezultată din orbirea adulților, fie ei părinți sau profesori, acestea sunt numai descrise. Frank McCourt de exemplu le descrie pe fiecare pagină a cărții lui sclipitoare *Cenușa mamei mele*, dar nu se răzvrătește deloc împotriva lor, ci încearcă să rămână afectuos și tolerant și-și găsește salvarea în umor. Tocmai pentru acest umor îl iubesc milioane de cititori din lumea întreagă.

Cum putem însă să ajutăm copilul în societatea noastră și să-i schimbăm situația, când vrem să tolerăm răsând cruzimea, aroganța și prostia periculoasă. Un exemplu din cartea lui Frank McCourt poate explica atitudinea lui.

»La scoala națională din Leamy există șapte profesori și toți au curele de piele, bastoane și nuiiele de porumbar. Cu acestea te bat peste umeri, peste spate și mai ales peste mâini. Când ți se dă peste mâini se cheamă o lovitură peste labe. Ești bătut când întârzi, când îți curge penița stiloului, când râzi, când vorbești și când nu știi să răspunzi.

Ești bătut când nu știi de ce a creat Dumnezeu lumea, când nu știi cine e sfântul protector al orașului Limerick, când nu știi să reciti pe de rost crezul apostolilor, când nu poți să aduni nouăsprezece cu patruzeci și șapte, când nu știi să scazi nouăsprezece din patruzeci și șapte, când nu cunoști cele mai importante orașe și ce produc cele treizeci și două de comitate din Irlanda, când nu găsești Bulgaria pe harta mare, care este pătată de scuipat și muci și de cerneala din călimări aruncată de elevi furioși după ce au fost exmatriculați.

Ești bătut când nu știi să-ți spui numele în irlandeză, când nu știi să reciti Ave Maria în irlandeză, când nu știi să întrebi în irlandeză Am voie să mă duc la toaletă?

E bine să-i asculți pe băieții mari care sunt într-o clasă superioară. Ei îți pot povesti despre profesorul pe care-l ai acum, ce-i place și ce nu poate să sufere.

Un profesor te va bate dacă nu știi că Eamon De Valera este omul cel mai important care a trăit vreodată. Un alt profesor te va bate dacă nu știi că Michael Collins a fost cel mai important om care a trăit vreodată.

Dl. Benson urăște America și nu ai voie să uiți să urăști și tu America, altfel te bate.

Dl. O'Dea urăște Anglia și nu ai voie să uiți să urăști și tu Anglia, altfel te bate.

Toți te bat când spui ceva de bine despre Oliver Cromwell.

Chiar când te bat cu nuiiele de frasin sau de porumbar cu noduri de câte șase ori peste fiecare mână, nu ai voie să plângi. Există băieți care poate râd de tine și te batjocoresc pe stradă, însă trebuie să aibă grijă, căci va veni ziua în care profesorul îi va bate și-i va snopi și pe ei, iar atunci trebuie să-și păstreze lacrimile înapoia ochilor sau se vor face de rușine pentru totdeauna. Unii băieți spun că este mai bine să plângi, fiindcă asta le place profesorilor. Dacă nu plângi te urăsc profesorii, fiindcă atunci par ei slabi în fața clasei și își jură că data viitoare va curge fie sânge, fie lacrimi sau amândouă.

Băieții mari din clasa a cincea ne spun că dl. O'Dea se postează în fața clasei în așa fel încât să stea în spatele tău și apoi te ciupește de tâmples, te trage în sus, spune sus, sus, până când tu stai pe vârfuri și ai ochii în lacrimi. Nu vrei să vadă băieții din clasă că plângi, dar când te trage de tâmples trebuie să plângi, fie că vrei fie că nu, iar asta îi place profesorului. Dl. O'Dea este singurul profesor care reușește întotdeauna să te facă să plângi și sa-ți fie rușine de tine însuși.

Este mai bine să nu plângi, fiindcă profesorii se schimbă, însă cu elevii rămâi mai departe, iar profesorilor nu vrei în nici un caz să le dai satisfacție.

Când te bate profesorul nu are nici un rost să te plângi la tata sau la mama. Vor spune mereu: dacă profesorul te bate, atunci o meriți. Nu face pe prostul.»

Umorul i-a salvat copilului viața și mai târziu i-a permis să scrie această carte. Pentru asta cititorii îi sunt recunoscători. Mulți au trăit lucruri asemănătoare și și-ar dori să poată râde și ei de orori. Se spune că râsul este sănătos și te ajută să supraviețuiești. E adevărat, însă râsul ne poate duce și la orbire. Se poate râde de interdicția de a mânca fructele pomului cunoașterii, dar acest râs nu va trezi omenirea din somn. Trebuie să învățăm să înțelegem diferența dintre bine și rău, dacă vrem să ne înțelegem pe noi înșine și să schimbăm ceva în lume.

Râsul este fără îndoială sănătos, dar numai acolo unde există motive de râs. A râde însă de propria suferință este o formă de a ne apăra de dureri care ne face să trecem orbi pe lângă minele de aur.

Dacă biografii s-ar informa mai temeinic despre urmările »educației severe absolut normale« despre care relatează aproape întotdeauna, ar putea oferi cititorilor un material prețios pentru înțelegerea lumii noastre (AM 1988b).

II. Cum se naște orbirea emoțională?

1. De ce dintr-odată furia?

De curând am primit o corespondență de pe website-ul »no spank« (<http://www.nospank.org/toc.htm>). Citez mai jos traducerea din engleză. Un tată se referă aici cu puține cuvinte la o corelație pe care eu încerc s-o explic în cele ce urmează. Acest tată pare să nu realizeze la ce se referă, însă este pe drumul cel bun.

Scrisori către Proiectul No Spank

16.07.2000

»Bună ziua,

Mai întâi doresc să vă spun că website-ul dvs. mi se pare foarte informativ. Eu consideram că bătaia este ceva bun, din cauză că eu însumi am fost bătut în copilărie. Tatăl meu era director de școală și a aplicat multor elevi pedepse corporale. Eram convins că acest lucru nu dăunează cu adevărat – până când s-a născut fiul meu. Când el a împlinit trei ani, soția mea a vrut să-l educe să nu mai facă pe el. El nu voia să rămână pe oliță, se ridica, iar soția mea îl lovea cu forță peste fundul gol. El începea imediat să plângă, iar mie mi se întorcea stomacul pe dos. Mi-am pierdut cumpătul!! Ea îi bate regulat pe copii și spune că și ea a fost bătută în școală. Aparent nu i s-a întâmplat nimic în afară de bătaie, însă nu este dispusă să discute despre asta. Imi puteți spune cum aș putea să aflu ce s-a întâmplat exact între 1965 și 1975, în timpul când ea a fost bătută în școală? Există documente despre așa ceva și, dacă da, cum putem să le examinăm? Vă suntem recunoscători pentru orice ajutor. Soția mea a fost supusă pedepselor corporale în trei școli diferite. Nu știu dacă mă puteți ajuta, însă orice indicație cât de mică ar fi de folos.

Vă mulțumesc, munca dvs. face mult bine.

C.S.«

»Dragă C.S.,

Vă sfătuiesc să nu pierdeți timp prețios căutând informații în dosarele școlare vechi ale soției dvs. În cazul în care, oh ce miracol, există vreo dovadă scrisă a ceea ce căutați, administrația școlii nu v-ar permite niciodată să puneți

mâna pe această dovadă. Și chiar dacă ați afla ce i s-a întâmplat ca elevă: ce vreți să faceți astăzi cu aceste informații? Soția dvs. este în mod evident ferm hotărâtă să nu permită ieșirea la iveală a acestor amintiri, ci să reînsceneze experiențele traumatice ale propriei copilării cu copiii ei. Pot să înțeleg că doriți să investigați istoria familiei pentru a găsi indicații care să explice comportamentul ei prezent. Dar nu ar fi mai înțelept să amânați această căutare pentru mai târziu și acum să vă protejați copiii? Această sarcină nu suportă amânare! Doar nu vreți ca mai târziu copiii să întrebe cu ce se ocupa cel care era mai rațional dintre părinți atunci când ei aveau atât de urgentă nevoie de ajutorul lui? Următoarea scrisoare [...] îmi întărește convingerea că nu aveți voie să mai pierdeți timpul și îmi pare să conțină un mesaj pentru dvs. [...] Vă rog s-o citiți. Am să public, evident fără a vă da numele, scrisoarea dvs. pe site-ul >no spank< și am să vă trimit posibile informații despre practicile pedepselor corporale la fosta școală a soției dvs.

Jordan«

Scrisoarea menționată mai sus suna așa:

»Sâmbătă, 15.07.00

În copilărie am fost bătut atât de violent, încât am pierdut controlul asupra vezicii și intestinului și am scăpat pe mine excrementele. Loviturile nu s-au oprit, ci m-au umplut pe tot corpul de fecale. Nu știu dacă mama era în altă cameră sau nu era acasă, dar știu exact că nu m-a apărut nici cu cuvinte și nici cu faptele. Rușinea de a fi trebuit să mă curăț și să mă schimb și în același timp să plâng fără întrerupere rămăsese îngropată adânc în mine, până când am citit >Plain Talk About Spanking<.

Vă mulțumesc. Vă rog să nu-mi pomeniți numele.«

Autorul primei scrisori observă cum soția lui vrea să-și educe copilul prin bătaie să nu mai facă pe el și își pierde cumpătul când copilul țipă. El intuiește că există o legătură între ceea ce percepe el și ceea ce a trăit soția lui în copilărie în școală. El vrea să investigheze problema și să se intereseze în școli. Prin aceasta el se sustrage propriilor emoții, în loc de a le urma. Soția lui nu a fost bătută mai întâi la școală, ci probabil mult mai devreme, de aceea procedează cu propriii ei copii tot așa.

Dar cum a trăit el bătaiele tatălui, pe care le menționează doar pe scurt? (Din scrisoare aflăm doar că tatăl lui, director de școală, își supusese elevii la pedepse

corporale de-a dreptul profesioniste). Această întrebare nici nu apare în scrisoare. Pentru a și-o putea pune, fiul ar fi trebuit să aibă un martor inițiat, un însoțitor care să-i fi înlesnit trăirea temerii copilului mic, suportarea durerii și orientarea în funcție de aceste amintiri, în cazul în care l-ar fi cuprins din nou mânia.

Ce reprezintă furia lui astăzi? Scrisoarea nu furnizează nici o informație în acest sens. Nu știm dacă el este de partea copilului și supărat pe soție sau dacă reacția copilului îl face să-și piardă cumpătul deoarece îl face să devină conștient de durerea pe care el fusese nevoit s-o reprime odinioară. Este de părere că trebuie să se fi întâmplat și altceva în copilăria soției lui, deoarece el până atunci considerase mereu simpla bătaie ca pe ceva inofensiv și normal. Scrie chiar că mult timp fusese și el de acord cu bătaia. Acum însă, după ce a căpătat o privire de ansamblu a website-ului »nospark«, pare să vrea să se informeze mai bine. Această întâmplare face loc speranței că orbirea emoțională poate fi eliminată. Din acest motiv am așezat-o chiar înaintea analizei pe care o voi face blocajelor de gândire.

2. Blocajele de gândire

Foarte des primesc relatări de la cititori care se lovesc de ostilitate când îndrăznesc să ia fără echivoc și necondiționat partea copilului. Atitudinea lor pune în primejdie un sistem care constituie pentru majoritatea oamenilor un cadru de orientare familiar. Informațiile noi pot irita foarte tare și odată cu această nesiguranță se poate întâmpla ca oamenii să cadă inconștient în capcana unui comportament de amenințare care se aseamănă total cu încercările de intimidare cu care mai demult părinții voiau să-și dirijeze copilul spre buna purtare și să-l supună ordinelor lor. De aceea martorul inițiat trebuie să treacă mereu prin experiența dureroasă de a fi respins, așa cum odinioară copilul a fost respins de părinții lui.

Respingerea avocaților copilului se poate intensifica în anumite cazuri până la condamnarea și transformarea lor în proscriși. Furia oarbă la care sunt parțial expuși este asemănătoare urii care domnea odinioară pe vremea prigonirii primilor creștini. Chiar dacă repercursiunile acestei urii nu sunt în nici un caz comparabile, întrucât vechii creștini au fost schingiuiți brutal și uciși, este semnificativ faptul că astăzi ca și atunci sunt întâmpinați cu ostilitate aceia care sunt credincioși mesajului lui Iisus de protejare a copiilor.

Persecuția creștinilor a luat sfârșit de îndată ce biserica s-a stabilit definitiv. Avocații copilului nu au însă nevoie de nici o instituție mai puternică pentru a se apăra de intenții răuvoitoare. Puterea lor constă în cunoașterea legilor copilăriei, ale căror repercursiuni sunt verificabile. Printre cele mai importante dovezi eu consider relatările adulților care au fost copii maltratați, care demonstrează ce consecințe are acest lucru pentru raportul cu propriii lor copii. De mai mulți ani cercetările neurologice și cele dedicate sugărilor oferă dovezi suplimentare pentru valabilitatea mărturiilor făcute de victime și de martori inițiați.

Creierul unui copil nu este complet dezvoltat la naștere; el se structurează în primii trei ani de viață. Mesajele pe care creierul le primește în acești primi ani de viață sunt uneori mai puternice decât toate informațiile ulterioare. Indicațiile de a simți și de a acționa pe care copilul le primește de la mamă sau de la alte persoane de referință pot supraviețui nestingherite timp de decenii. De aceea nu auzim în prezent pe nimeni să spună că trebuie să-i chinuim pe copii, să-i umilim, să-i ridiculizăm, să-i mințim. Va să zică nu am învățat asemenea expresii în copilăria noastră. Dar peste tot auzim că bătăile ne-ar fi făcut bine și că de aceea ele ar fi bune și pentru alții. Acestea au fost cuvintele care ni s-au inoculat permanent din fragedă copilărie, de fiecare dată când primeam »scatoalce« sau bătăi.

Când am citit lucrările actuale ale cercetătorilor neurologi și am aflat rezultatele din prezent ale cercetărilor dedicate sugărilor, am putut să-mi explic mai bine durabilitatea acelor prime lecții. Datorită acestei lecturi aș spune azi fiecărei mame: nu dispera dacă îți alunecă mâna o dată; tu însăși ai fost nevoită să afli devreme și dureros că asta se întâmplă aproape automat și poți repara de cele mai multe ori o greșală atunci când o realizezi și o admiți. *Dar nu le spune niciodată copiilor tăi că ai fi făcut asta spre binele lor, deoarece prin asta îți aduci contribuția la prostirea copilului și la sadismul mascat.*

Rezultatele cercetării neurologice confirmă astăzi ceea ce eu am explicat deja în 1981, în cartea mea *Să nu realizezi*, din diverse puncte de vedere și am încercat să conceptualizez cu ajutorul noțiunilor de »refulare«, »negare« și »scindare« a emoțiilor timpurii. Mulți scriitori subliniază deja necesitatea unui atașament timpuriu al copilului de o persoană de referință pentru apariția inteligenței. Daniel Goleman vorbește încă de inteligența emoțională, însă Katharina Zimmer și alții explică clar că nu există o inteligență emoțională specifică și că dezvoltarea inteligenței ca atare este strâns legată de trăirile emoționale din copilăria timpurie.

Asta explică printre altele de ce necesitatea refulării durerilor din copilărie duce nu numai la renegarea propriei istorii, ci și la atitudinea de negare față de suferința copiilor în general și prin asta la deficite notabile în capacitatea de a gândi. Această desensibilizare se manifestă de exemplu prin aprobarea pedepselor educative și a circumciziei (la bărbați și la femei). Sunt convinsă că lipsa unei relații bune cu mama sau cu o persoană de referință la începutul vieții, împreună cu maltratările, la care eu includ și bătaia cu intenție educativă, cauzează printre altele această lipsă de sensibilitate și blocajele de gândire.

Din lucrările unor renumiți cercetători neurologici, precum Joseph LeDoux, Debra Niehoff, Candace B. Pert, Daniel L. Schacter, Robert M. Sapolsky și nu numai, reiese că deficite foarte timpurii de comunicare a copilului cu persoanele lui de referință pot duce la deficite în creier. În cazul în care copilul este bătut sau maltratată în vreun alt fel, aceasta duce de asemenea la vătămări, deoarece atât neuronii deja nou formați cât și legăturile lor sunt distruse în stare de stres. (Acest lucru se poate întâmpla dealtfel și atunci când fătul este supus unei stimulări intense, cum ar fi muzica pusă ore în șir, »ca să se nască un Mozart«, cum recomandă o școală de părinți spaniolă. Copilul are nevoie de propriul ritm de stimulare și nu de o forțare artificială din afară, pentru ca creierul lui să se dezvolte liber). Suntem de acord că emoțiile timpurii lasă urme în corp, sunt codificate ca informații care la vârsta de adult ne influențează modul de a simți, de a gândi și de a acționa, dar care rămân de cele mai multe ori inaccesibile rațiunii logice.

După părerea mea aceste descoperiri ne oferă o cheie, care însă din câte știu eu nu a fost încă folosită de oamenii de știință. Uneori, ca de exemplu în povestirea captivantă a lui Candace B. Pert, *Molecule ale sentimentelor*, despre descoperirea moleculei emoției, se lasă impresia că experimentele ajută ce-i drept la crearea permanentă de chei noi, însă nu se prea interesează nimeni la ce lacăt se potrivește cheia respectivă.

Joseph LeDoux este probabil una din marile excepții, el postulând la sfârșitul lucrării sale *Năvodul sentimentelor* o »colaborare« între sistemul cognitiv și cel emoțional. Deși în expunerea sa puterea și perseverența amintirilor emoționale (fizice) timpurii și neajutorarea frecventă a intelectului nostru față de această insistență devin foarte clare, lui LeDoux îi este foarte clară necesitatea unei astfel de colaborări.

El nu este însă terapeut, el nu depășește limitele cercetătorului neurologic și recunoaște deschis că de fapt nu știe cum să pună în legătură cunoașterea

emoțională a corpului (subconștientul) cu conștientul cognitiv. Eu știu din experiența cu alții și cu mine însămi că acest lucru se poate întâmpla în terapii care includ cu un scop precis trăirile traumatice și emoțiile copilăriei, deoarece atunci sunt atenuate blocajele de gândire. De îndată ce acest lucru reușește, este evident că pot fi activate domenii ale creierului care până atunci nu au fost folosite, probabil de teama de a nu da peste suferințe care să amintească de vechile maltratări refulate.

Am constatat acest lucru la mine însămi. Decenii întregi am fost convinsă că eu nu am fost bătută niciodată în copilărie, deoarece nu îmi aminteam absolut deloc așa ceva. Când am aflat însă ulterior prin lectura scrierilor de pedagogie neagră că foarte devreme, încă de la vârsta de sugari, copiii sunt supuși pedepselor corporale pentru a învăța supunerea și curățenia, am înțeles de ce îmi lipseau amintirile. Este evident că fusesem educată deja ca sugar atât de efectiv în spiritul ascultării, încât aveam numai amintiri fizice (așa-numite implicite) și nu conștiente (explicite). Mama mea a putut mai târziu să-mi povestească plină de mândrie că deja de la șase luni nu mai făcusem pe mine și că nu i-aș fi făcut niciodată probleme în afară de momentele când voiam să-mi impun voința. Atunci însă fusese de ajuns o privire severă ca să mă aducă la realitate.

Astăzi știu ce preț am plătit pentru asta. De frica acelei priviri nu am putut să rostesc multe lucruri, nu am îndrăznit nici măcar să le gândesc. Însă știu și că în cele din urmă am căpătat această capacitate.

Mă cutremură tot mereu, din nou și din nou, puterea devastatoare a negării, care ne creează blocajele de gândire. Această putere restrictivă se manifestă printre altele prin faptul că teologii și filozofii dezbat în ziua de azi problemele de etică tot ca pe vremuri, fără a se ocupa de rezultatele cercetărilor neurologice și de legile dezvoltării copiilor. Și totuși exact acestea ar putea face lumină asupra chestiunii nașterii »răului«, respectiv a provocării lui. Și psihanalistii ar trebui să-și revizuiască ideile preluate din tradiția pedagogiei negre despre pulsuni distructive înnăscute și despre copilul rău, pervers (vezi AM 1988a), dacă ar lua în serios cercetările actuale despre sugari. Concepțiile lui Daniel L. Stern și ai discipolilor lui John Bowlby par să constituie și acum o excepție în cercurile psihanaliste actuale. Poate fiindcă Bowlby deja a distrus un tabu cu teoria lui despre primul atașament. El a localizat originile comportamentului asocial în lipsa unui prim atașament matern și prin asta s-a pronunțat împotriva teoriei pulsuniilor a lui Freud.

După părerea mea trebuie însă să mergem un pas mai departe decât Bowlby, fiindcă aici nu este vorba numai de comportamentul asocial și de așa-zisele tulburări narcisiste, ci și de înțelegerea faptului că negarea și refularea traumelor timpurii ale copilăriei și scindarea sentimentelor ne îngădesc capacitatea de a gândi și ne cauzează blocajele de gândire. Bazele biologice ale fenomenului de negare au fost ce-i drept descoperite de cercetările neurologice, dar consecințele negării și influența asupra mentalității noastre nu au fost încă analizate. Nimeni nu pare să vrea să reflecteze la faptul că insensibilitatea vis-à-vis de suferința copilului, pe care o putem constata atât de frecvent în *întreaga lume*, merge mână în mână cu paralizarea gândirii care a apărut în copilărie.

Copii fiind, învățăm să reprimăm și să negăm sentimente absolut firești. Învățăm să adoptăm părerea că umilințele și loviturile ni se administrează spre binele nostru și nu ne pricinuiesc dureri. Creierul nostru este echipat cu această informație greșită atunci când ne creștem copiii cu aceleași mijloace și le inoculăm că ceea ce a fost, vezi Doamne, bun pentru noi e bun și pentru ei.

De aceea milioane de oameni pot susține la modul serios că numai prin întrebuințarea violenței copiii pot deveni buni și raționali. Ei nu sesizează teama copiilor lor și refuză să înțeleagă că prin acele lovituri ei nu-și învață copiii decât să recurgă și ei mai târziu la violență, fie împotriva altora fie împotriva lor înșiși. Împotriva acestor convingeri distructive, pe care mulți intelectuali le împărtășesc, nu ajută nici un argument, căci ele au fost cu multă vreme în urmă stocate de către corpul fiecăruia. Oamenii cu această concepție afirmă sus și tare lucruri care se află într-o contradicție flagrantă cu ceea ce știu ei, iar ei nici măcar nu-și dau seama de acest lucru.

La unul din seminarele mele, un profesor de psihologie de pildă a spus: »In general sunt de acord cu dvs., însă nu pot să sprijin eforturile dvs. de a interzice prin lege aplicarea pedepselor corporale, fiindcă asta le-ar lua părinților posibilitatea de a le mijloci copiilor valori, iar acest lucru este important. Copiii mei au cinci și trei ani și trebuie să învețe ce e voie și ce nu e voie. Dacă se votează o astfel de lege, atunci poate că tinerele cupluri se vor decide mult mai rar să aibă copii.«

L-am întrebat pe acel bărbat dacă el a fost bătut de multe ori în copilărie. Mi-a răspuns că numai atunci când fusese cu adevărat nevoie, când îl scosese pe tatăl său din sărite, iar atunci loviturile i s-au părut justificate. L-am întrebat câți ani avea când a fost bătut ultima oară și mi-a replicat că avea șaptesprezece ani, iar tatăl lui își pierduse cumpătul deoarece el ca adolescent făcuse din nou o

prostie. Am vrut să știu în ce a constatat acea prostie și nu am primit mai întâi nici un răspuns. După o scurtă tăcere profesorul a articulat în cele din urmă: »Nu mai știu motivul, treaba asta s-a întâmplat demult, însă trebuie să fi fost ceva foarte grav, fiindcă îmi amintesc și acum de chipul schimonosit de furie al tatălui meu. Tatăl meu era foarte corect, așa că în mod sigur am meritat pedeapsa.«

Nu am putut să-mi cred urechilor. Așa vorbea un om care predă psihologia dezvoltării și care se angaja activ împotriva maltratării copiilor, dar care încă nu considera că bătaia din pretinse motive educative era o duritate gratuită. Mult mai importantă mi s-a părut însă bariera în gândirea lui, care se manifesta atât de clar în acest caz. Acest lucru trebuie că era justificat de temeri foarte timpurii, m-am gândit, și am ezitat o clipă înainte de a-mi asuma riscul și de a mă decide pentru franchețe. »Aveați pe atunci șaptesprezece ani și nu vă mai puteți aminti de ce ați fost pedepsit. Vă amintiți numai de chipul schimonosit al tatălui dvs. și de aici trageți concluzia că ați meritat acea pedeapsă. Dar aveți pretenția de la copiii dvs. care au cinci și trei ani ca ei să țină minte lecțiile bine intenționate pe care vreți să li le transmiteți prin bătaie. Ce vă face să presupuneți că un copil mic va înțelege aceste lecții mai bine decât tânărul de șaptesprezece ani și va învăța ceva pozitiv din ele? Copilul bătut nu-și poate aminti decât de propria lui frică, de chipurile părinților nervoși, însă nu și de motivul acestora. Copilul va presupune ca și dvs. că a fost rău și că a meritat pedeapsa. Unde vedeți efectul pedagogic pozitiv în treaba aceasta?«

Nu mi-a răspuns, însă a doua zi m-a abordat și mi-a spus că dormise foarte puțin în noaptea aceea și că trebuie să mediteze la foarte multe lucruri. M-am bucurat de această reacție, fiindcă în acest caz s-a mișcat vizibil ceva. Majoritatea oamenilor se tem de această deschidere și preiau concepțiile părinților lor, fără a observa că intră în contradicții logice pentru simplul motiv că au învățat din copilărie să nu-și simtă durerile.

Urmele acestor dureri nu sunt însă eliminate. Dacă ar fi anulate nu ar trebui să tot repetăm ceea ce ni s-a făcut. Particulele de memorie despre care noi credem că au dispărut sunt încă *active* în noi. Ne dăm seama de acest lucru cel mai târziu când devenim conștienți de modul în care ne comportăm.

Mă uimește tot mereu să constat cu câtă precizie oamenii repetă în raport cu copiii lor comportamentul părinților lor, fără a avea nici o amintire din propria lor copilărie. Un tată de exemplu își bate fiul și-l umilește cu remarci ironice fără a realiza cum a fost și el la rândul lui umilit de propriul lui tată. Abia într-o terapie care să meargă în profunzime ar putea și el în cel mai bun caz să

descopere ce i s-a făcut și lui la aceeași vârstă. Astfel, *uitarea traumelor timpurii și a neglijărilor nu rezolvă nici o problemă, căci trecutul ne ajunge din urmă, în relațiile cu semenii noștri dar mai ales cu copiii noștri.*

Ce putem face împotriva acestei situații? După părerea mea putem să încercăm să conștientizăm ce am suferit noi înșine, ce păreri am preluat fără critică în copilărie și să punem totul în balanță cu ceea ce știm astăzi. Acest lucru ne ajută să vedem și să simțim lucruri pentru care mai demult am fost orbi și insensibili, deoarece a trebuit să ne apărăm de violența durerilor atâta vreme cât nu am avut un martor care să ne fi ascultat cu empatie. Într-o asemenea constelație cauzele emoțiilor refulate timpuriu ar putea ieși la iveală, ar putea căpăta sens pentru noi și ar putea fi prelucrate. Însă fără un însoțitor empatic și fără înțelegerea pentru contextul copilăriei traumatice emoțiile rămân într-o stare haotică și ne provoacă o teamă profundă. Temerile pot fi respinse atât de bine prin ideologii de tot felul, încât de multe ori originea acestora rămâne nerecunoscută.

În prolog am schițat scurt apariția și modul cum funcționează blocajele de gândire și încerc aici să exemplific aceste mecanisme. Blocajele de gândire sunt pe de o parte »prietenii« noștri, deoarece ne apără de suferință și ne permit să blocăm frica de trecut. Pe de altă parte însă, exact din acest motiv se pot dovedi și dușmani, întrucât ne aduc orbirea emoțională și ne îndeamnă să ne facem rău și nouă înșine și altora.

Ca să nu simțim spaima și durerea copilului bătut, renunțăm la cunoașterea optimistă, ne lăsăm acaparați de secte, nu realizăm minciunile, susținem că toți copiii ar avea nevoie de bătaie etc. În loc să ofer un discurs abstract despre blocajele de gândire, încerc cu acest capitol să descriu câteva exemple după care cititorul se poate orienta singur. Întrucât fiecare istorie a copilăriei este în definitiv unică (în ciuda elementelor comune cum ar fi umilința și lipsa de înțelegere pentru suferința copilului), informațiile negate și scindate nu sunt identice la toți oamenii. Poate că în asta constă șansa progresului și a democrației. Chiar dacă milioane de oameni își aleg în chip de conducători niște actori pricepuți sau chiar infractori paranoici, de multe ori în aceeași țară există unii oameni care nu au fost maltratați în copilărie, care au avut martori salvatori și care ca adulți nu se lasă păcăliți. Ei sunt suficient de liberi pentru a demasca minciuna și pentru a aprecia just pericolele reale, în timp ce majoritatea nu reușesc acest lucru și se lasă cu totul pe mâna politicianilor avizi de putere.

Orbirea emoțională poate fi observată cel mai ușor la membrii sectelor, întrucât persoana din afară nu a trecut prin aceeași procedură de spălare a creierului. Martorii lui Iehova de pildă recomandă aplicarea de pedepse corporale copiilor și vorbesc tot timpul de sfârșitul lumii. Ei nici măcar nu intuiesc că poartă cu toții în ei înșiși copilul bătut care deja a trăit sfârșitul lumii atunci când a fost maltratat de către părinții săi »iubitori«. Ce poate fi mai rău decât asemenea trăiri? Martorii lui Iehova par să fi învățat foarte devreme să nu-și mai amintească de propriile dureri și să afirme față de copiii lor că bătăile nu dor. Apocalipsa este pentru ei în permanența prezentă, dar ei nu știu de ce.

Sau să luăm ca alt exemplu orbirea emoțională a dictatorului român Ceaușescu. El nu știa cât a suferit pentru că a crescut cu cei zece frați și surori într-o singură cameră și a avut parte de o neglijare extremă. El refulase demult acest lucru în palatele lui luxurioase grandomane. Însă memoria lui implicită (fizică) a păstrat suferința din copilărie și l-a mânat să se răzbune pentru asta pe întregul său popor (AM 1990). La fel ca propria lui mamă, femeile în timpul dictaturii lui nu aveau voie să facă avorturi. Astfel majoritatea familiilor din România erau silite, ca odinioară părinții lui, să crească mai mulți copii decât voiau și decât erau în stare să îngrijească. Orfelinatele românești erau din această cauză supraaglomerate cu băieți și fete care sufereau de cele mai grave dereglări de comportament și handicapuri, consecințele acestei extreme neglijări. Cine avea nevoie de așa mulți copii? Nimeni. Numai dictatorul, pe care amintirile inconștiente îl îndemnau la cruzime și ale cărui blocaje în gândire îl împiedicau să vadă absurditatea acțiunilor lui.

Mulți dintre criticii mei obiectează că nu se poate ca evenimente din întreaga istorie a lumii să se explice doar prin copilăria unui om. Ei îmi reproșează că gândesc reductionist și refuză orice discuție prin cuvântul »doar«, care îi eliberează de orice reflecție. Eu nu am afirmat însă niciodată că acele cauze ale evoluției istorice umane descoperite de mine ar fi singurele. Ceea ce vreau eu să subliniez este că *ele sunt mereu ignorate*. Din diverse motive mi se atribuie argumente pe care eu nu le-am folosit niciodată. Există simplificări extreme ale poziției mele chiar în cărți precum cea a istoricului britanic Ian Kershaw, care a cercetat foarte conștiincios viața și cariera lui Hitler și prin asta lasă impresia exactității. Din păcate însă se pare că lipsa lui de experiență personală, conștientă, cu lumea sentimentelor copilului nu-i permite să înțeleagă și să pună în legătură dinamica copilăriei și setea de putere paranoică în viața de mai târziu.

Kershaw pare să nu știe încă nimic despre procesul de golire a emoțiilor copilăriei timpurii în viața adultului, despre transformarea lor într-o ură distrugătoare cum o putem observa în Africa. Această ne-știință evidențiază blocajele de gândire ale unui istoric care și-a dedicat capacitatea intelectuală examinării a mii de detalii din viața lui Hitler, însă care evită cu mare grijă cheia ascunsă în copilărie a întrebării »De ce Hitler?«.

Ron Rosenbaum pune într-adevăr această întrebare în ediția franceză a cărții sale *Pourquoi Hitler?*, dar nici el nu răspunde la ea. Se mulțumește cu o compilație jurnalistică de date și anecdote, dar nu aduce de fapt nici o cugetare nouă. Și el se ferește să atingă cheia tabuizată, deși a avut la dispoziție investigații importante precum cele ale lui Robert G.L. Waite. Waite a ales ca introducere pentru cartea lui *Zeul psihopat: Adolf Hitler* versuri din următorul poem al lui W.H. Auden, scris pe 1 septembrie 1939, în ziua când a început al doilea război mondial cu invadarea Poloniei de către armata germană:

»Accurate scholarship can Unearth the whole offence From Luther until now That has driven a culture mad, Find what occurred at Linz, What huge imago made A psychopatic god: *I and the public know What all schoolchildren learn, Those to whom evil is done Do evil in return.*«

Acest text întărește înțelegerea decisivă a esenței celui de-al treilea Reich, din care lipsește orice urmă în lucrarea în două volume a istoricului altfel atât de sânguincios Kershaw.

Faptul că purtăm în noi bariere de gândire care au fost construite în copilărie nu este o interpretare psihanalitică, ci o constatare care poate fi verificată în fiecare caz individual. Verificarea este ce-i drept îngreunată de faptul că foarte ușor se strecoară judecăți de valoare care distorsionează imaginea. Orice criminal a fost în copilărie umilit, maltrat sau a crescut în condiții de neglijare. Dar doar cei mai puțini pot recunoaște acest lucru. Mulți pur și simplu nici n-o mai știu. Astfel refularea îngreunează examinările statistice, care dealtfel nu au nici un fel de consecințe practice pentru profilaxă, atâta timp cât urechile rămân surde și ochii închiși în privința copilăriei.

Unele lucruri sunt deja dovedite științific și statistic, spre exemplu că acei copii care sunt bătuți și pedepsiți sunt pe termen scurt mai ascultători și pe termen lung mai agresivi și mai distructivi. Însă publicul nu pare să fie interesat de ceea ce au realizat cu mult efort și au dovedit psihologii cu ajutorul statisticii.

Astfel, în mai 2000 a apărut de pildă un articol în *Wall Street Journal* cu titlul »Spanking come back«, care relatează așa-zise descoperiri și care afirmă că în ziua de azi tot mai mulți părinți tineri, chiar și cei care nu au fost ei înșiși niciodată pedepsiți cu bătaia, își bat copiii. Din experiența mea, de cele mai multe ori oamenii nu-și pot aminti bătaia atunci când au fost bătuți doar în copilăria timpurie. De aceea afirmații de genul »Eu nu am fost bătut niciodată« nu sunt în nici un caz sigure. În plus, datorită numeroaselor cercetări eu am putut să constat că numai oamenii care au fost ei înșiși bătuți simt constrângerea de a bate (dar asta nu înseamnă că toți îi cedează). Oamenii care nu au fost supuși pedepselor corporale pur și simplu nu au această problemă. Ei au alte probleme cu copiii lor, dar nu aceasta, deoarece corpul lor nu a înregistrat amintirile corespunzătoare.

Știința nu are o mare influență asupra educației copiilor. Schimbarea nu va pleca de la universități. Mai degrabă ea va fi posibilă prin indivizi curajoși, prin avocați, judecători, politicieni, surori medicale, moașe, tineri părinți instruiți și profesori care se angajează pentru consolidarea legală a educației fără violență. Astfel, la inițiativa lui Marilyn Fayre Milos, co-fondatoarea și directoarea de la National Organization of Circumcision Information Resource Centers (NOCIRC), s-au angajat inițial doar câteva surori medicale pentru ca în clinicile de maternitate americane să nu se mai practice circumcizia în mod automat. Ele au refuzat să asiste la această operație barbară și au căpătat rapid ajutorul publicului, care a înțeles dintr-odată că până atunci urmasse fără pic de spirit critic ordinele autorităților. În trecut aceste operații erau plătite de asigurări și făcute regulat. În ziua de azi trebuie obținut consimțământul părinților.

De ce oare nu au refuzat deja mai demult medicii bărbați să provoace unui nou-născut o suferință inutilă? De ce nu au realizat atâta timp că maltratează un copil neajutorat? Eu cred că motivul este acela că și ei au fost ca sugari victimele unei asemenea maltratări și au integrat deja mesajul că ea este fără dureri și inofensivă. Mulțumită acțiunii fostei surori medicale Marilyn Fayre Milos acum mulți oameni sunt conștienți că un copil mic suferă fizic și sufletește în urma unor asemenea intervenții. Până acum câțiva ani nu se »știa« asta, după cum se știe medicii operau copiii fără narcoză. Aici nu e vorba de o lipsă de compasiune, ci de asemenea de blocaje în gândire. Altfel nu se poate explica ipoteza de la care plecau ei, că un adult ar avea neapărat nevoie de narcoză, însă un nou-născut ultrasensibil nu ar avea nevoie. Cu asemenea intervenții chirurgicale brutale se programează de-a dreptul paralizările în gândire. De aceea cei care au pus capăt

tradiției distructive a circumciziei nu au fost medicii bărbați, ci femeile, surori medicale, care nu fuseseră victimele acestei tradiții.

Interdicția de a aplica pedepse corporale, care este acum consolidată prin lege, este de asemenea un pas hotărâtor pentru umanizarea relațiilor noastre și pentru eliminarea blocajelor de gândire. Simptomatic este faptul că datorăm asta juristelor și politicienelor. Psihoterapeuții și psihologii (atât bărbați cât și femei) au fost mai puțin activi în această privință, deși se confruntă zilnic cu urmările traumelor din copilărie. Cu douăzeci de ani în urmă, în Suedia terapeuții chiar s-au opus unei asemenea inițiative de lege. Se temeau ca prin această interdicție să nu-i supere și mai tare pe părinți, ceea ce s-ar fi răsfrâns negativ tot asupra copiilor. Așa cum am arătat în *Tragedia copilului dotat* (1996), cariera psihologului începe deja în copilărie cu încercarea disperată de a-i înțelege pe părinți și de a nu-i condamna – de a nu recunoaște răul ca atare, de a nu mânca mărul din pomul cunoașterii. Lipsa de scăpare a unei astfel de situații lasă urme, care se manifestă și în atitudinea față de interdicția pedepselor corporale.

A înțelege și a nu condamna problema copilului reprezintă adesea impulsul pentru alegerea ulterioară a profesiei. Nu avem voie însă să rămânem blocați în teama copilului atunci când exercităm profesiile de psihologi și psihoterapeuți. *Ca adulți trebuie să găsim curajul de a condamna, de a spune răului pe nume și de a nu-l tolera.*

O schimbare a mentalității noastre va urma pas cu pas. Când nu va mai fi permisă bătaia pentru copii, douăzeci de ani mai târziu acești copii vor gândi altfel și vor simți altfel decât majoritatea de astăzi. Sunt ferm convinsă de asta. Ei vor fi deschiși față de suferința copilului și acest lucru va schimba mai mult decât ar reuși vreodată statisticile. Optimismul meu se bazează pe ideea de prevenire, de oprire a violenței în copilărie cu ajutorul noii legislaturi și al instruirii părinților (vezi de exemplu activitățile organizației Organisation Parenting without Punishing, ashley@eaznet.com).

Dar cum pot fi ajutați toți acei oameni care au fost deja vătămați?, sunt des întrebată. Trebuie toți să facă terapii prelungite? Durata unei terapii nu spune absolut nimic despre calitatea ei. Cunosco oameni care au petrecut decenii în psihanaliză fără a fi aflat vreodată ce s-a întâmplat cu adevărat în copilăria lor, deoarece analiștii lor se tem să pășească pe acest teren și să-și investigheze propria lor copilărie. Deja de câțiva ani există totuși direcții noi în psihoterapie, care lucrează ca scop precis cu traumele și prezintă succese după scurt timp, ca de exemplu Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR), care a fost

dezvoltată de Francine Shapiro. Am prea puțină experiență în acest domeniu ca să înțeleg de ce sunt atât de efective, dar îmi pot imagina că în multe cazuri doar interesul terapeutului față de trăirile traumatice poate porni un întreg proces, în care limbajul corpului capătă o însemnătate deosebită. O terapie clasică, limitată la interpretările fanteziilor, nu aspiră la acest proces. Eu însămi am avut experiențe cu trei analize de acest gen, toate la analiști bine intenționați, dar la nici unul dintre cei trei nu am reușit să dezgrop realitatea copilăriei mele timpurii.

Apoi am încercat cu ajutorul terapiei primare, dar de asemenea nu am reușit. Am putut ce-i drept să descopăr multe sentimente din frageda copilărie, dar nu am putut să înțeleg tot contextul realității timpurii și să dau frâu liber adevărului, fiindcă nu aveam nici un martor empatic. Astăzi nu aș mai sfătui pe nimeni să pornească nechibzuit la acest drum, decât cu specialiști dovediți, întrucât mulți așa-ziși martori empatici pot trezi în pacienții lor fără probleme sentimente intense, fără însă a-i ajuta să iasă din haosul lor.

Adesea sunt întrebată ce consider eu că este astăzi factorul decisiv în psihoterapie. Să fie, așa cum încerc să arăt în această carte, recunoașterea emoțională și cognitivă a adevărului memorat în corp, eliberarea de porunca de a tăcea și de idealizarea părinților sau să fie prezența martorului inițiat? Eu cred că aici nu e vorba de ori-ori, ci de și una și alta. Fără un martor inițiat este imposibil de suportat adevărul copilăriei timpurii. Însă prin martor inițiat eu nu înțeleg pe oricine care a studiat psihologie sau care a experimentat trăiri primare la vreun guru și a rămas dependent de acesta. Martori inițiați sunt pentru mine mai degrabă terapeuți care au curajul de a se confrunta cu propria lor istorie, care rămân autonomi în acest proces și care nu-și compensează prin autoritate asupra pacienților lor propria neajutorare refulată.

Prin exemplul psihiatrului A în capitolul »Evitarea realității copilăriei în psihoterapie« am încercat să schițez modul în care el ar fi putut fi ajutat cu un alt concept terapeutic. Teoretic, pentru el este vorba de a vedea în viața de zi cu zi unde apar repetat urmele realității din copilăria lui, de a le cunoaște mai bine și de a nu acționa orbește. Are nevoie de ajutor pentru a stăpâni ca adult din punct de vedere emoțional situațiile prezente și în același timp de a rămâne în legătură strânsă cu copilul care odinioară a suferit și care cunoaște adevărul, copilul pe care atâta timp nu a îndrăznit să-l asculte, dar pe care astăzi, cu ajutor alături, îl poate asculta.

Corpul știe tot ce i s-a întâmplat, însă nu poate exprima aceste lucruri prin cuvinte. El este ca și copilul care am fost odată, care vede totul, dar care este

neajutorat și rămâne neputincios fără ajutorul adultului. Astfel încât atunci când ies la suprafață emoții din trecut, ele sunt întotdeauna însoțite de teama copilului care se simte cu totul părăsit, care este dependent de înțelegerea adultului sau măcar de încercarea acestuia de a-l liniști. Chiar și părinții care nu știu ce să facă și care nu-și înțeleg copilul, deoarece nu-și cunosc propria lor istorie, pot oferi această consolare. Ei pot alina temerile copilului (și pe ale lor înșiși) oferindu-i copilului protecție, siguranță și continuitate. Același lucru îl poate face și sistemul nostru cognitiv în dialog cu corpul (Busnel).

Spre deosebire de corp, sistemul nostru cognitiv știe prea puțin despre ceea ce s-a întâmplat în trecut, amintirile conștiente sunt incomplete și nesigure. În schimb el dispune de o cunoaștere cuprinzătoare, o rațiune dezvoltată și o experiență de viață care copilului încă îi lipsesc. Întrucât adultul nu mai este neajutorat, el îi poate oferi copilului din el însuși (corpului) protecție și îl poate asculta, pentru ca acesta să se poată articula în felul său și să-și poată spune povestea. În lumina acestei povestiri, temerile și emoțiile obscure ale adultului care ies la iveală capătă sens. În sfârșit ele sunt așezate într-un context și nu mai sunt amenințătoare.

Deja de ani de zile există începuturi ale acestui concept terapeutic, adesea sub formă de sfaturi pentru auto-terapii, pe care mai demult și eu le recomandam. Astăzi nu o mai fac fără restricție. Fiindcă după părerea mea avem neapărată nevoie de compania unor martori inițiați pentru acest travaliu. Din păcate majoritatea terapeuților nu au avut parte nici ei înșiși de acest fel de ajutor în timpul studiilor lor. Cunosc prea bine diversele variante ale temerii terapeuților de a nu-și răni părinții dacă îndrăznesc să vadă propriile dificultăți pe care le-au trăit în copilărie fără a le mai înfrumuseța, și reținerea care rezultă de aici în a-l ajuta pe pacient cu adevărat în greutățile lui. Însă cu cât scriem și vorbim mai mult despre aceasta, cu atât mai repede se va schimba situația și se va reduce teama. Într-o societate deschisă nevoilor copiilor nimeni nu mai e singur cu istoria lui. Tot mai mulți terapeuți vor îndrăzni să renunțe la »neutralitatea« freudiană și să ia necondiționat partea copilului de odinioară din pacienții lor. Atunci va căpăta și clientul spațiul necesar în care să se confrunte fără pericol cu adevărata istorie a vieții lui. Astăzi am ajuns atât de departe încât am fi capabili să-i scutim pe clienții noștri de a parcurge pe viață asemenea căi greșite tragice precum cea a analistului Guntrip (III.2). Căci temerile cele mai vechi înregistrate în corp pot fi eliminate în terapie, atunci când nu le negăm cauzele.

I. Breșa spre propria istorie

Introducere

Până acum mi-a fost important în primul rând să scot în evidență că în societatea noastră copilăria este încă un tabu și de ce este așa.

În capitolele următoare mă preocupă întrebarea ce poate fiecare să facă pentru a se elibera de porunca »Să nu realizezi«, cum poate ajunge la recunoașterea: »Așa a fost« și la hotărârea »Vreau să procedez altfel cu copiii mei.« Cunosc oameni care au îndrăznit să facă acest pas, oameni de toate vârstele, iar capitolul următor este menit să descrie trezirea lor.

Astfel, voi descrie mai întâi tineri care grație cunoașterii dobândite și-au recăpătat empatia pentru sensibilitatea copilului mic încă înainte de a deveni părinți. Următorul exemplu este al unor tinere mame, care își alăptează copilul și grație acestei apropieri fizice îndrăznesc să recunoască urmele maltratărilor pe care le-au suferit ele în propria lor copilărie. Acest lucru le ajută să-și protejeze copiii și să nu-și defuleze orbește emoțiile asupra lor. Problematika reîntoarcerii (după nașterea primului copil) a ceea ce a fost refulat se arată și în următoarea relatare despre Harry Guntrip.

În final conturez destinul unei femei care între timp a murit, o femeie care de-a lungul întregii ei vieți s-a străduit să facă totul așa cum trebuie și care și-a reprimat permanent propriile simțiri și percepții deoarece fusese crescută de mică să le ignore și să se supună total. Această adaptare forțată a devenit ulterior o componentă constantă a personalității ei și a determinat-o să rabde tot mereu relații chinuitoare. Abia printr-o boală care i-a amenințat viața a reușit să recunoască strategia supunerii absolute pe care o elaborase de timpuriu și să renunțe la ea, să-și descopere propriile nevoi și să înțeleagă că încercase mereu să-și realizeze dorințele și nevoile acolo unde acest lucru era imposibil. Prin asta ea re-crease timp de decenii tot mereu starea de restriște a propriei copilării, în care realizarea dorințelor ei fusese într-adevăr imposibilă. De îndată ce, datorită bolii, a primit ajutorul unui martor inițiat, a putut să realizeze că starea de restriște a copilăriei ei nu trebuia neapărat să reprezinte starea de restriște a prezentului și că acum nu mai era neajutorată.

În copilărie era dependentă de părinți. Ca adult putea avea raporturi cu oameni care să împărtășească dorința ei conștientă de comunicare și nu mai era nevoită să încerce să impună cu forța nevoile ei inconștiente oamenilor care nu doreau o astfel de comunicare.

Ar fi putut această femeie să parcurgă acest drum și fără terapie? La această întrebare nu se poate răspunde la modul general. Există tot mereu oameni care reușesc fără terapie să renunțe la proiecțiile lor și la relații dăunătoare. De asemenea există oameni care nici cu terapie nu reușesc acest lucru, fiindcă nu ajung la rădăcinile perfecte lor adaptări, acestea aflându-se în copilărie.

Fiecare poate decide doar pentru el însuși ce riscuri poate și vrea să-și asume. Și fiecare știe singur cel mai bine cât de importantă este această dezgropare.

1. Evoluția cu ajutorul discuțiilor

De când știu că maltratarea fizică a copiilor are pe termen lung numai urmări negative, mă angajez activ pentru a transmite tinerilor părinți aceste informații. Fac acest lucru cu ajutorul articolelor, interviurilor, conferințelor sau manifestelor. Din când în când mai vorbesc și cu elevi din clasele superioare, în speranța de a le transmite aceste cunoștințe importante încă dinainte ca ei să se căsătorească și să aibă ei înșiși copii. La toate aceste întâlniri simt pe de o parte rezistențe enorme chiar și față de simpla abordare a acestui subiect, pe de altă parte am însă foarte des sentimentul că la aproape toți acești oameni ating un punct care așteaptă demult să fie atins și recunoscut, fiindcă rana nu se poate vindeca atâta timp cât este acoperită și negată.

În cazul elevilor m-a izbit faptul că inițial au părut să nu știe despre ce vorbeam de fapt. M-au privit de parcă eram de pe altă planetă și din când în când începeau dialoguri ca acesta: »Nu am auzit niciodată despre ce spuneți dvs.« »Da, la cineva de vârsta mea așa ceva este rar.« »Nu, nu numai la vârsta dvs. Eu aud peste tot cum copiii nu pot fi educați fără bătaie. Au fost cândva niște nebuni, cum ar fi hipioții sau părinții din '68, care nu au vrut să-și bată copiii, dar i-au neglijat și nu i-au educat. Copiii lor, care între timp au crescut mari, se plâng acum despre lipsa de disciplină, de directive și de orientare. Și în ziua de azi vedem doar ce iese din copiii care nu sunt educați destul de sever de către părinți.

Fac ce vor, ca adolescenți se joacă cu armele și chiar își omoară colegii de școală. Asemenea cazuri au existat nu numai în SUA, ci și la noi.»

Tinerii care se exprimă astfel se identifică total cu părerea părinților lor. Totuși, întrucât se află încă în adolescența, o perioadă de revoluție emoțională și intelectuală și de curiozitate, concepțiile lor nu sunt încă încremenite și de aceea întotdeauna constat cum comunicările mele ajung la ei. Nu la toți, dar mulți se lasă în final convinși de faptul că acei tineri care-și atacă fizic colegii sau chiar îi ucid nu fac acest lucru din cauză că odinioară au fost prea răsfățați cu dragoste, ci pentru că au crescut în condiții de neglijare și au fost maltratați fără a putea să se apere. Mânia reprimată joacă în ei rolul unei bombe cu efect întârziat, care în final explodează într-o ură distrugătoare. Când spun acest lucru, văd pe chipurile elevilor că ei știu exact despre ce vorbesc. Corpul lor este încă foarte aproape de aceste cunoștințe și spre deosebire de adulți nu afirmă: »Dar în ciuda bătailor am crescut mare și puternic. Datoresc acest lucru loviturilor încasate de la tata și mama.« Tinerii adolescenți nu au ajuns încă acolo și amintirile lor despre cum au fost bătuți nu au o vechime de cincizeci sau șaiszeci de ani, ci doar de zece ani.

Un licean de ca. șaptesprezece ani, ai cărui părinți sunt amândoi profesori, spune de exemplu: »Părinții mei mă iubesc și au făcut totul așa cum trebuie. La început nu m-au bătut, dar mai târziu nu au avut de ales, fiindcă eu eram un copil căruia îi plăcea să facă prostii. Tot timpul făceam câte o prostie.« Elevul lasă impresia că este foarte inteligent, însă este foarte neliniștit și nervos. Eu îl întreb dacă ne poate da un exemplu al unei asemenea prostii. »De exemplu când aveam zece ani am fugit de acasă și mama m-a căutat timp de cinci ore. Bineînțeles că mai târziu m-a altoit, iar azi sunt convins că pedeapsa a fost corectă. Nu am mai făcut așa ceva niciodată. În schimb făceam alte prostii. Pur și simplu nu puteam să încetez. Probabil că am venit rău pe lume.« »Te-ai întrebat vreodată de ce făceai toate acestea? Ce te-a determinat s-o lași pe mama ta să te caute timp de cinci ore? Oare a fost numai ca să-i faci ei rău? Încearcă să te pui cu sufletul în pielea celui băiat de zece ani« Tânărul nu se uită la mine, dar văd cum chipul lui se schimbă, aroganța aceea intenționată dispare. După un timp spune: »Imi amintesc încă, atunci când mă băteau, cum mă gândeam că dacă mă căutaseră cu atâta disperare, asta însemna că totuși mă iubeau. Furia lor era o dovadă a iubirii.« »Dacă fugiseși ca să pui la încercare acea iubire, asta nu era o prostie. Poate că nu aveai alte dovezi.« »Da, din perspectiva asta lucrurile arată altfel. Aveam mereu senzația că eram o povară pentru părinții mei și că ar fi bucuroși să scape de mine. Dar mânia lor mi-a arătat că nu era așa.« »Deci copilul de zece ani

a acționat de fapt inteligent și cu un scop. De ce numești asta prostie?» »Nu știu, întotdeauna m-am considerat un copil rău, mânat tot timpul de impulsul de a face prostii. «

În acest fel poate un om să-și petreacă întreaga copilărie purtând eticheta »Sunt rău, sunt prost, sunt de nesuportat, sunt o povară« și nu reușește niciodată să corecteze aceste afirmații dacă anturajul lui pare să confirme această părere. Etichetele sunt repartizate de părinți, în funcție de ceea ce nu pot ei suporta la copilul lor. Și ei nu acceptă exact acele lucruri care ar putea trezi propriile lor amintiri traumatice. Copilul nu trebuie însă să rămână prizonierul acestor atribuții. Este suficient un profesor care să-l ajute să se îndoiască de ele. Experiența mea cu clasele de elevi arată că acest lucru nu este chiar atât de greu, însă este făcut foarte rar.

În cadrul muncii mele de lămurire întâlnesc uneori femei care fac parte din Leche Ligue (grupe tăcute). Această mișcare, apărută în America, este destul de răspândită și în Europa. Femeile vor să-și alăpteze copilul cât se poate de mult, deoarece consideră acest lucru ca fiind deosebit de important pentru dezvoltarea acestuia. Sunt de acord cu această părere, atâta vreme cât este vorba de primul an de viață. Inițial am vrut doar să le informez pe tinerele mame că nu este bine să-și educe bebelușii cu »scatoalce«, însă eram convinsă că unei mame care se simte foarte legată de copilul ei prin alăptare nici nu i-ar trece prin cap așa ceva. Destul de repede ipoteza mea s-a dovedit a fi greșită. Era evident că aproape toate femeile se simțeau frecvent constrânse să-și bată copilul – fie din suprasolicitare, fiindcă nu mai suportau țipetele copilului, fie din disperare fiindcă nu înțelegeau de ce micuțul țipa și erau de părere că este din cauza propriei lor oboseli sau a supraîncărcării cu menajul, profesia, sarcinile de mamă etc. Până atunci nici una nu realizase că impulsul de a bate provenea din propria lor copilărie nefericită. Unele se luptau disperate cu acest impuls, altele îi cedau și erau de părere că acționează bine, mai ales când erau îmboldite de mamele lor.

Am vizitat una din aceste grupe de trei ori cam la fiecare patru luni. La prima vizită am distribuit o broșură redactată de mine, care explica urmările catastrofale ale »scatoalcelor« pentru sugari și copii, apoi le-am întrebat pe tinerele mame care veniseră cu bebelușii lor dacă ele au o problemă cu astfel de »scatoalce«. Una din ele mi-a răspuns că evident că da »scatoalce« când e nevoie, ca să-i arate copilului ce nu este voie. Însă că nu o face în afect. O alta a răspuns că uneori îi mai scăpa mâna, dar asta nu se întâmpla des. A treia a replicat că băiatul ei în vârstă de zece luni fărâmițează biscuiții pe jos și trebuie să învețe

odată să nu mai facă așa ceva. Totuși, »scatoalcele« nu erau de ajuns, iar mama ei afirmase că el face asta fiindcă ea nu este destul de severă cu el. Am întrebat-o dacă simte nevoia să-l învețe buna purtare cu bătaia. Brusc a început să plângă și mi-a spus: »Nu, întotdeauna mi se rupe sufletul de mila lui. Dar sunt nevoită să procedez cum e bine. Toți din familia mea spun că îl răsfăț și că îl cresc să devină un tiran. Ce să fac?« Am întrebat-o pe tânăra mamă dacă și ea fusese bătută în copilărie. »Bineînțeles«, mi-a răspuns, »n-am trăit niciodată altceva.«

I-am pus aceeași întrebare mamei care-și disciplina copilul fără reacții emotive. Ea mi-a explicat că ambii părinți o băteau cu curele și umerase de haine, iar în timpul bătăilor erau foarte furioși. Ea în schimb o face fără impulsul vreunei stări afective. Ea nu vrea ca propriul ei copil să sufere din cauza furiei ei, fiindcă îl iubește, însă nu poate să înțeleagă de ce băiatul este atât de fricos și se tot agață de ea. Am întrebat-o dacă nu crede că e posibil ca el să se teamă de următoarele lovituri. După părerea ei, el era prea mic ca să realizeze așa ceva. Credea la modul cel mai serios că acel copil era prea mic pentru a se teme de ea, dar îl considera suficient de rezonabil ca să înțeleagă scopurile educative pe care încerca ea să i le transmită prin bătaie. Nu îi era clar că prin frică un copil nu poate învăța nimic altceva decât să se teamă.

Când am vizitat această grupă după câteva luni, am fost surprinsă de procesul care se pusese în mișcare la aceste femei. Ele începuseră să vadă. Copiii lor nu mai erau pentru ele obiecte pe care trebuiau să le educe, ci oameni care comunicau ceva cu ochii, cu plânsul lor, cu comportamentul lor, lucruri pentru care aceste femei începuseră dintr-o dată să aibă antene. Probabil că intimitatea cu copilul, născută din alăptare, le-a ajutat să se confrunte concomitent cu provocarea din întrebările mele și cu propriul lor trecut, fiindcă prin apropierea cu copilul se simțeau mai puțin singure. Pe de altă parte tocmai această apropiere făcuse ca propriile lor nevoi din copilărie, pe care odinioară fuseseră forțate să le îngroape atât de adânc în ele însele, să iasă la suprafață. Corpul lor și-a amintit mai intens de frustrările trăite timpuriu și de zidul de ignoranță și răceală de care se lovise.

Una din tinere a povestit de exemplu că abia acum aflase de la surorile ei că atunci când ea avea doi ani mama ei o mușcase până la sânge. Acest lucru se întâmplase într-o familie pe care ambii părinți o conduceau prin violență. La prima întâlnire această femeie nu fusese receptivă la subiectele noastre. Foarte marcată de intelect, ea spusese că face o terapie NLP (programare neurolingvistică), care o va ajuta să nu preia tiparele distructive. Însă deja la a

doua întâlnire a povestit plângând despre suferința ei și despre încercările de fi pentru copiii ei o altfel de mamă decât avusese ea. Curajul ei de a părăsi tradiția violenței a fost uimitor. Câteva luni mai târziu, în a treia ședință, când a relatat cum la doi ani fusese mușcată de mama ei până la sânge, unele femei au început spontan să plângă cu sughițuri. Aproape că nu mai suportau s-o asculte, deoarece brusc începuseră să le bîntuie propriile lor amintiri. Se minunau că putuseră în copilărie să iubească o mamă capabilă de atâta cruzime, dar și de faptul că descopereau în ele însele tendințe de cruzime de care până atunci nu avuseseră habar. Acest lucru la rândul lui le-a dat posibilitatea să dovedească toleranță față de ignoranța mamelor lor. Toate femeile au fost de acord că munca în grupe le ajută să controleze mai bine aceste tendințe (care nu erau ereditare), fiindcă acum vedeau clar de unde vin acestea și nu se mai simțeau neajutorate la mâna acestora.

Teologa Lytta Bassett scrie în cartea ei *Le pardon originel* că răul nu poate fi stârpit, deoarece suntem condamnați să repetăm ceea ce ni s-a făcut. De aceea nu ne mai rămâne altceva de făcut decât să acceptăm răul și să-i iertăm pe ceilalți și să ne iertăm și pe noi înșine, ca să ne eliberăm pe cât posibil. Este de acord cu mine că trebuie neapărat să realizăm ceea ce ni s-a făcut, pentru a putea ierta cu adevărat, însă pentru mine punctul principal nu constă în actul iertării, ci în posibilitatea de a lua în serios și a nu nega realitatea copilăriei timpurii.

Ca terapeută știu că este posibil să ne desprindem de vechile tipare dacă găsim o persoană care să ne creadă și să ne fie alături. Cineva care nu ne ține predici, ci care vrea să-l ajute pe fiecare să trăiască cu propriul adevăr. Experiențele cu pacienții și cu mine însămi mi-au arătat că există și cu totul alte mijloace de a se elibera de rău – în orice caz mai multe mijloace decât și-au imaginat până acum teologii.

Să-i iertăm pe bătrânii părinți sincer (și nu forțați de morală) ne vine mai ușor atunci când ne-am permis de mai multe ori să simțim suferința pe care ne-au pricinuit-o ei, să luăm în serios această suferință și să realizăm dimensiunea cruzimii îndurate. O femeie matură este perfect capabilă să-și imagineze că și un om bun, dar care a fost maltratat în copilărie, este în stare de acte de cruzime. Tocmai o femeie care trăiește acum același lucru cu propriul ei copil și care este la fel de sinceră față de ea însăși ca și femeile în grupa descrisă își poate închipui foarte bine acest lucru. Astfel, cu timpul îi va fi posibil să ierte, dar nu iertarea le va elibera pe aceste tinere mame, ci faptul că nu sunt singure cu ceea ce știu, că

nu mai sunt nevoite să nege adevărul, că au dreptul să spună răului pe nume. Această siguranță poate fi căpătată în grupe.

Compasiunea femeilor pentru prietena lor a fost atât de directă și de autentică, încât aceasta s-a simțit pentru prima oară îndreptățită să se revolte împotriva părinților ei. Ulterior mi-a povestit că de atunci a avut cu totul alte sentimente față de copiii ei. Nu i-a mai văzut ca pe ființe care nu aveau altă intenție decât s-o tiranizeze, ci ca pe fături neajutorate pentru care acum voia să-și asume răspunderea. Și a putut s-o facă deoarece acum copilul care fusese ea odinioară începuse să crească. Până atunci fusese închis ca într-o temniță cu teama lui de violența părinților.

Mulți dintre noi îl tratează pe așa-numitul copil din noi înșine ca pe un deținut, care trebuie să trăiască într-o spaimă continuă și nu are acces la cunoașterea care l-ar putea elibera. Dacă acest copil are voie să se elibereze din lanțuri, dacă îi este permis să vadă și să judece ceea ce vede, el își poate părăsi închisoarea. Atunci nu se mai teme, fiindcă a realizat manipulările. Nu îi mai este frică să vadă fiindcă nu mai este silit să tacă, fiindcă are voie să spună ceea ce vede, fiindcă nu este singur cu ceea ce vede, ci este validat de martorul inițiat, fiindcă de la acesta primește ceea ce-i refuzaseră părinții: dovada că percepțiile lui sunt corecte, că manipularea și cruzimea sunt ceea ce sunt, că acel copil nu trebuie să se mai forțeze să vadă în ele dragoste, că această cunoaștere este necesară pentru a putea fi autentic și a iubi și că are voie să mănânce mărul din pomul cunoașterii.

Pentru prima oară au voie să simtă ceea ce pentru un copil iubit și protejat era de la sine înțeles, anume unitatea cu el însuși. Au voie să-și creadă simțurilor, nu mai e nevoie să se mintă și în sfârșit se pot simți în armonie cu ei înșiși. Nu mai trebuie să se ascundă ca înainte. Acum își pot da frâu liber sentimentelor, având încredere că ele nu le vor comunica altceva decât ceea ce este al lor și al istoriei lor proprii, în care se orientează din ce în ce mai bine.

În cartea mea *Drumurile vieții* descriu în capitolele »Sandra« și »Anika« discuții ale fiicelor adulte cu părinții lor în vârstă. Au astfel de discuții un efect terapeutic pentru fiice? Mi-a fost pusă de mai multe ori această întrebare și vreau să încerc aici să intru mai mult în detalii. Eu cred că atunci când părinții sunt pregătiți și capabili să asculte și să-și exprime deschis sentimentele, asemenea discuții pot avea pentru ambele părți un efect terapeutic. Când părinții vor însă ca tot ei să fie cei care știu mai bine, nu poate avea loc nici un fel de discuție. În ambele exemple pe care le relatez în carte, fiicele trecuseră printr-o terapie

îndelungată. Mulțumită acelei terapii au fost capabile să-și formuleze întrebările astfel încât să primească răspunsurile care le-au ajutat mai departe. Au reușit să străpungă parțial apărarea părinților și în același timp să țină seama și de propriile emoții. Acest lucru nu este de la sine înțeles.

Ceea ce le-a permis acelor femei să vorbească atât de liniștit și să nu izbucnească în reacții emoționale puternice, care ar fi blocat dialogul, nu a fost vreo atitudine terapeutică. Nu putem să ne comportăm în mod terapeutic cu părinții noștri. Acest lucru nu ne-ar reuși din cauză că avem nevoie de ceva de la ei. Ambele femei căutau mai multe informații și de aceea nu erau atât de libere precum un terapeut, care nu este dependent de clientul său și de aceea este capabil să fie de acord cu sentimentele și necesitățile acestuia. Sandra și Anika au căutat un dialog autentic cu părinții lor, în calitatea lor de copii deveniți adulți. Aceasta este diferența esențială dintre rugămintea lor și cea a unui terapeut.

Deci ce anume le-a ajutat pe aceste două femei să nu se înfurie în clipa când, la fel ca în trecut, s-au lovit de lipsa de înțelegere a părinților? Amândouă au învățat în terapiile lor să-și dea frâu liber emoțiilor puternice pe care le aveau, să le ia în serios și să nu le defuleze împotriva propriilor lor interese. În acest fel au căpătat controlul asupra acestor sentimente. Nu au fost constrânse să se lase mâinate de ele, au avut libertatea de a le trăi și de a decide *cui* voiau să arate *ce* sentimente. Dacă ar fi trecut printr-o terapie care ar fi rămas numai la nivel cognitiv, ar fi fost probabil în pericol de a-și pierde controlul în confruntarea cu părinții lor sau să se închidă într-un mod care nu ar mai fi permis nici o discuție autentică.

Trebuie ca și părinții să fi trecut printr-o terapie pentru a purta o asemenea discuție? Asta ar fi optimal, fiindcă o controversă cu copiii deveniți maturi, care au devenit conștienți, este pentru oamenii în vârstă o încercare foarte gravă și îi confruntă cu experiențe de mult refulate. Când simt că nu-și mai pot face răspunzători copiii pentru rănilor pe care le-au suferit ei de pe urma părinților lor, ajung într-o situație foarte dificilă, fiindcă pot ieși la iveală emoții din propria lor copilărie, care fuseseră refulate demult. O terapie care să le dea posibilitatea de a lucra cu cineva la aceste emoții (lucru posibil la orice vârstă) i-ar putea ajuta să se înțeleagă pe ei înșiși .

Nu este însă neapărată nevoie de o terapie pentru o astfel de discuție. Decisivă este atitudinea părinților în vârstă. Chiar și fără terapie, ei pot profita de ocazie datorită comunicărilor copiilor pentru a reflecta la viața lor de odinioară și pentru a-și imagina ce impresie le-au făcut ei copiilor lor ca tineri părinți. Însă

acest lucru este posibil abia când părinții nu mai pornesc inconștient de la premiza că propriul lor copil a venit pe lume ca să-i facă pe ei în sfârșit fericiți și/sau să-i înlocuiască pe bunici. Confuzia inconștientă a realității trebuie mai întâi să-i devină conștientă bătrânului părinte.

Acest lucru e valabil pentru ambele părți. Se întâmplă adesea ca și copiii deveniți adulți să confunde realitatea copilăriei lor cu cea prezentă. Aceasta se reflectă în modul cum își tratează propriii copii dar și în modul cum se poartă față de părinții lor în vârstă. Am cunoscut o femeie în vârstă de patruzeci de ani care nu-și putea găsi un partener de viață și nici o slujbă mulțumitoare și permanent o făcea răspunzătoare pe mama ei pentru ambele lucruri. Ii reproșa acesteia că nu se ocupase suficient de ea când fusese mică și că nu o ferise de incest. Mama, ea însăși victimă a unui incest, într-adevăr nu văzuse ce se întâmplă acasă în absența ei.

Când aflase ulterior de acest lucru de la fiica ei, fusese atât de distrusă încât a vrut să facă totul pentru a ispăși vina. Și-a cerut în permanență iertare pentru că o dezamăgise odinioară și a acceptat toate reproșurile fiicei, chiar când acestea se refereau la lucruri care nu aveau nimic de-a face cu mama. Iar fiica ei, care în ciuda celor întâmplate nu putea sau nu voia să renunțe la imaginea tatălui iubit, o folosea pe mamă ca un țap ispășitor pentru toate. Reacționa ca un copil mic și rămânea prizoniera acestei legături materne, fără a-și asuma ca adultă răspunderea pentru propriile sentimente și acțiuni.

De cealaltă parte, și mama rămânea legată în realitatea copilăriei ei, se temea permanent de următoarea pedeapsă a propriei ei mame și era pregătită să-și confeseze tot timpul vina. În acest context simbolic fiica ei devenise mama ei severă care o pedepsea, pe care ea încerca s-o îmbuneze prin serviabilitate și de la care spera iertare. Faptul că ea implora semne de dragoste și de împăcare accentua sentimentele de neputință ale fiicei. Evident că dintr-o asemenea legătură nu se putea naște o dragoste adevărată. Mai degrabă reieșise un atașament din ură care se hrănea din minciunile fiecareia față de ea însăși. Fiica voia să evite confruntarea cu tatăl folosind-o pe mama ei ca țintă a mâniei, iar mama nu voia să realizeze că fiica ei nu este mama ei, că aceasta are dreptul la o viață proprie care nu are voie să fie blocată din cauza sentimentelor de vinovăție ale mamei.

Discuțiile între generații pot fi foarte benefice dacă ambele părți au curajul să-și deschidă inimile, să se asculte reciproc și să nu se ascundă în spatele zidului tăcerii sau al autorității.

Relația mamă-fiică pe care tocmai am descris-o este evident foarte departe de această posibilitate. Ea nu este constructivă, ci distructivă. Fiica exploatează faptul că mama ei e dispusă să se căiască, pentru a nu își asuma răspunderea pentru propria viață, iar mama o exploatează pe fiică, transformând-o în propria ei mamă și neîndrăznind să pună capăt situației și să se apere împotriva nedreptății. Ea se teme și de propria furie și răzbunare și de cea a fiicei. Dacă într-o bună zi amândouă ar lăsa frâu liber sentimentelor și ar vorbi *deschis* una cu cealaltă, poate că ar ajunge la cauza acelor sentimente în viața amândurora. Datorită francheței unor astfel de dialoguri ambele părți pot evolua și constata cu uimire că temerile lor s-au diminuat și că prin aceasta și-au recăpătat capacitatea inițială de a iubi și de a comunica liber.

2. Fără martori inițiați (drumul plin de suferință al unui analist)

Sinceritatea și francheța tinerelor mame pe care le-am citat în ultimul capitol fac lumină asupra unei realități la care eu mă refer în mod repetat în cărțile mele, însă care – din câte știu eu – nu este aproape deloc reflectată în psihanaliză: realitatea unei mame care a fost ea însăși maltrată în copilărie. Indiferent cât de bine a funcționat apărarea ei împotriva sentimentelor legate de maltratare, la nașterea primului copil această apărare adeseori se prăbușește dacă nu este nimeni lângă ea ca s-o ajute să aducă în conștient ceea ce rămăsese în subconștient (AM 1998a, capitolul 2).

După părerea mea, psihanaliza nu a îndrăznit încă să abordeze această realitate, după cum am arătat prin exemple detaliate în cartea mea *Să nu realizezi*. Idealizarea mamei străbate toată istoria psihanalizei, iar atenția ei se concentrează pe structurile psihicului copilului, chiar și în modificările târzii. Școala Melaniei Klein chiar a apărut din strădania de a o menaja pe mamă și a acuza copilul. Donald W. Winnicott s-a apropiat ce-i drept de realitatea mamei, dar și el a rămas prizonierul idealizării.

Acest lucru poate fi ilustrat printr-un exemplu în care afirmațiile ce urmează se bazează pe relatarea publicată de Harry Guntrip în 1975 despre ambele sale analize și pe biografia lui Guntrip publicată în 1996 de Jeremy Hazells.

Analistul Harry Guntrip și-a dorit toată viața să cerceteze ce i se întâmplase în copilărie, fiindcă suferea de simptome fizice grave și de o amnezie totală în

privința decesului fratelui lui mai mic, Percy. Nu putea să-și amintească decât că fusese bătut violent de mama lui, în special peste gură. Mai târziu, ca adult, a aflat de la ea că ea nu-și dorise niciodată copii și că l-a alăptat pe el atât de mult dintr-un singur motiv, ca să nu mai rămână însărcinată din nou. Odată, i-a povestit ea mai departe, își luase un câine, însă a trebuit să-l dea repede, deoarece nu se putea abține să-l bată zilnic.

Ea însăși era cea mai mare din unsprezece copii, de care fusese responsabilă, deoarece mama ei, o femeie frumoasă cu mulți admiratori, nu avusese nici timpul necesar pentru a se ocupa de copii și nici nu fusese interesată de creșterea lor. Este absolut de înțeles că mama lui Guntrip, după cum povestea și ea, după ce avusese parte de o asemenea soartă în copilărie, își dorea orice altceva – libertate, călătorii, apreciere –, dar nu să se ocupe din nou de copii, fiindcă încă de la vârsta cea mai fragedă fusese total suprasolicitată de această datorie. Nu avusese nimic pentru ea însăși. Aceste împrejurări ne ajută să înțelegem de ce nu s-a bucurat de nașterea lui Harry și de ce nu și-a putut iubi copilul. Acest lucru explică însă și situația lui disperată și natura simptomelor lui.

În 1930, după o vizită a mamei împreună cu Harry, un medic generalist diagnosticase o inflamare acută a sinusurilor nazale laterale la Harry și îi dăduse trimitere la un chirurg, după ce tratamentul medicamentos rămăsese fără succes. Operația a dus la scoaterea tuturor dinților lui din față, împreună cu oasele și cu pielea de acolo. De atunci înainte i-a lipsit orice „ancoră” pentru dinții falși. Nu a mai putut să mănânce niciodată împreună cu alți oameni. Operația însă nu a împiedicat inflamările sinusurilor, care au apărut din nou în acea iarnă.

Guntrip și-a petrecut peste o mie de ore de analiză la Ronald Fairbairn, pe care îl admira și căruia îi era recunoscător; cu toate acestea ședințele i-au ajutat foarte puțin, după cum scrie el. Fairbairn a interpretat printre altele »preocuparea lui Guntrip cu mama cea rea« la vârsta de la 3 la 5 ani ca pe »relații sexualizate cu o mamă castratoare în faza oedipală«. Simptomele fizice el le înțelegea ca pe o »conversie isterică«. Privit la modul general, este simptomatic pentru loialitatea ucenicilor faptul că Fairbairn, care totuși pusese sub semnul întrebării teoria pulsionii a lui Freud, în cabinetul lui tot se simțea obligat față de conceptele freudiene, poate pentru că el nu-și putuse prelucra cu nimeni propriile dependențe din copilărie.

După acest tratament îndelungat și aproape lipsit de succes, Guntrip a încercat la Winnicott și acolo a întâlnit mult mai multă căldură și empatie. Datorită acesteia a putut după doar o sută cincizeci de ședințe să recunoască mai

clar ca niciodată respingerea mamei și o vreme s-a simțit mult mai bine, fără însă să-și poată vindeca amnezia. La puțini ani după moartea lui Winnicott în 1971 Guntrip s-a îmbolnăvit de cancer, a fost operat în ianuarie 1975 și a murit în februarie 1975, întrucât boala era deja foarte avansată.

Din relatarea lui Guntrip și biografia lui Hazells reiese că Guntrip și-ar fi însușit interpretarea lui Winnicott, cum că mama lui l-ar fi iubit în primele luni. Winnicott fusese convins că ea abia mai târziu, datorită suprasolicitării, își respinsese copilul. Astfel încât Guntrip a încercat ascultător să »integreze« obiectul »bun« și obiectul »rău«, cum îi recomandaseră analiștii lui, însă corpul nu s-a lăsat înșelat, el cunoștea mult prea bine adevărul, corpul »știa« că mama lui nu-l putuse iubi *de la bun început* (din cauza propriei ei istorii refulate).

Acest adevăr poate fi înțeles de o persoană din afară, însă pentru copilul afectat este de neconceput și de asemenea îi poate rămâne inaccesibil și analistului adult pe care nu l-a ajutat nimeni să suporte acest adevăr.

Guntrip voia să creadă ce-i spunea Winnicott, se agăța de această iluzie și după părerea mea a trebuit să plătească acest lucru cu boala fatală. Deja în prima noapte după decesul lui Winnicott, Guntrip avusese un vis despre relația tragică dintre el și mama lui, care nici nu-l băga în seamă când el era mic, ci era total adâncită în depresia ei. În următoarele două săptămâni urmasse o succesiune de vise, care îi dezvăluiseră tot adevărul și-l ajutaseră să scape de amnezie. El povestește despre ultimul din acele vise: »Am văzut în vis o cameră luminată, în care îl regăseam pe Percy. Știam că el este. Stătea în poala unei femei care nu avea chip, nu avea brațe și nici piept. Era doar o poală pe care se putea sta, nu era o persoană. El privea foarte deprimat, iar colțurile gurii îi atârnavă în jos, când am încercat să-l fac să râdă.« Eu aș spune că Percy din vis îl reprezintă pe el însuși. Amnezia a dispărut atunci când nici un analist nu l-a mai ținut departe de adevăr. Faptul că Winnicott s-a transpus cu atâta afecțiune în situația lui Guntrip din copilărie l-a ajutat pe acesta să permită ca întregul adevăr să-i apară în vis.

După părerea lui Guntrip, această serie de vise i-a oferit fructele muncii lui analitice de douăzeci de ani. Însă acum rămăsese singur cu adevărul lui, care în plus era în contradicție cu ceea ce susținuse Winnicott că ar fi adevărat. În acel moment lui Guntrip i-a lipsit martorul inițiat. Nu a putut rămâne singur, neînsoțit, cu întregul adevăr, cum că *de la bun început*, conform afirmațiilor ulterioare ale mamei lui, deci încă din pântecul mamei, el nu fusese dorit. Winnicott vruse să-l cruțe de aflarea adevărului, poate din loialitate față de

teoriile lui sau poate pentru că el însuși încă avea rezerve în a-și imagina o mamă care nu-și putea iubi copilul.

Aceasta se întâmplă însă mai des decât ne putem imagina. Și de acest lucru nu sunt vinovate mamele, ci ignoranța societății. Într-o clinică de maternitate bine informată, o femeie aflată la prima naștere ar putea de pildă să găsească un însoțitor inițiat adecvat care s-o ajute să realizeze și să conștientizeze amintirile fizice care o cuprind, astfel încât ea să nu mai fie nevoită să transmită mai departe copilului ei traumele proprii ei copilării precum abandonarea și violența.

Cine îmi dă mie dreptul să critic interpretările lui Winnicott? Nu este o îndrăzneală prea mare să se vorbească despre limitele unei anumite psihanalize atunci când persoana din afară știe mult mai puțin despre detalii decât ambele persoane implicate, analistul și persoana analizată?

Eu sunt de părere că nu este ceva obraznic. Nu este numai dreptul nostru, ci și datoria noastră să punem sub semnul întrebării limitele vechilor profesori, care nu au avut la dispoziție informațiile de care putem profita noi astăzi. Din câte am învățat în ultimii patruzeci de ani despre dinamica maltratărilor copiilor și negarea acestora, aș afirma că interpretările lui Winnicott nu numai că erau demonstrabil contrarii adevărului, dar ele le cimentau clienților lui autoiluzionarea și prin asta împiedicau vindecarea.

Dacă mama lui Guntrip ar fi avut posibilitatea emoțională (fie printr-o proprie copilărie frumoasă, fie prin realizarea propriilor ei suferințe din copilărie) de a-și iubi primul copil, prin legătura ei cu el după naștere s-ar fi putut naște o intimitate sufletească profundă. Atunci i-ar fi fost imposibil să nege ulterior acest copil în întreaga lui existență. Cartea lui Michel Odent despre hormonul iubirii explică aceste legături într-un mod foarte impresionant. Respingerea primului copil este numai consecința propriei istorii refulate și rămase în subconștient, care poate împiedica eliberarea acestui hormon important (AM 1998a).

Dacă această mamă întâlnește oameni care o ajută să pătrundă până în copilăria ei și să suporte propriul adevăr, ea va fi liberă pentru a-și iubi propriul copil. Mereu fac această experiență cu grupele descrise mai sus. Capacitatea de a iubi a femeilor la nașterea primului copil se poate dezvolta fără tăgadă, atunci când oameni pregătiți în domeniu le sunt alături, oameni care cunosc consecințele maltratărilor timpurii. Pentru a realiza o asemenea pregătire nu mai avem voie să ne înfrumusețăm cunoștințele prezente cu teorii și idealizări.

3. Puterea tămăduitoare a adevărului

Primesc mereu scrisori de la oameni mai în vârstă pentru care afirmațiile din cărțile mele sunt evidente, care sunt recunoscători pentru informațiile din acele cărți, dar care suportă cu greu consecințele acestei cunoașteri și se torturează cu sentimente de culpabilitate. Mulți sunt conștienți, ce-i drept, că sentimentele lor de culpabilitate își au originea în propria copilărie, când fuseseră criticați și pedepsiți pentru fiecare nereușită, dar ca părinți nu se pot elibera de suferința că nu i-au putut oferi copilului lor în momentele decisive ceea ce acesta ar fi avut nevoie, deoarece – fiind marcați de propria lor copilărie – nu fuseseră capabili s-o facă.

Nu este de mirare că această conștientizare provoacă suferințe de care nu putem fugi. Persoanele afectate sunt mai ales femei care și-au născut primii copii în anii cincizeci și șaizeci. Pe atunci era încă normal ca mamele să fie despărțite de copii, iar cunoștințele despre nevoile nou-născuților și sugarilor nu erau încă aproape deloc răspândite.

Cu toții cunoaștem mame și tați din generațiile mai vechi care afirmă sus și tare până la moarte că metodele lor de educație au fost bune; bune deoarece și ei fuseseră crescuți la fel de către părinții lor și nu vor cu nici un preț să permită zdruncinarea propriilor convingeri. Cunoaștem și alți oameni în vârstă care își tratează în continuare fără respect copiii deveniți maturi și pretind de la ei afecțiune, ca și când ar avea de la sine înțeles dreptul la atenție, respect și iubire, indiferent de modul cum i-au tratat ei pe copii mai demult. Tocmai acești oameni încearcă adesea să-i controleze pe copiii deveniți între timp adulți cu toate mijloacele pe care le au la dispoziție, pentru a-și demonstra autoritatea. Acești oameni nu citesc cărțile mele, fiindcă și în ziua de astăzi, ca și în trecut, ei resping orice îndoială cât de mică în ce privește comportamentul lor. Eu primesc în schimb scrisori de la cititoare care sunt deschise pentru discuții cu copiii lor deveniți adulți și care doresc să dovedească empatie față de reproșurile copiilor referitoare la stilul lor de educație.

Niciodată nu e ușor să recunoști greșeli. Eu cred că dobândim această capacitate, ca și multe altele, în copilărie, iar ulterior o putem dezvolta. Atunci când nu am fost certați pentru greșeli, când ni s-a explicat cu afecțiune ce anume nu a fost în ordine sau ce a fost periculos în comportamentul nostru, putem simți un regret spontan și putem integra experiența că un om nu poate fi fără greșeli. Dacă am fost însă pedepsiți de părinți și pentru cea mai mică greșeală, atunci ni s-a transmis ideea că recunoașterea propriului eșec este riscantă, deoarece prin

asta pierdem dragostea părinților. Această experiență poate lăsa în urmă sentimente de vinovăție permanente și temeri.

O femeie în vârstă, care aude în ziua de astăzi de la fiica ei că i-a dăunat acesteia prin faptul că a bătut-o, poate reacționa în moduri diferite la acest reproș. Ea poate spune: »Imi pare nespus de rău, și eu am fost bătută și ca mamă am fost de părere că trebuie să fac și eu la fel. Îți sunt recunoscătoare că-mi spui acum cât ai suferit de pe urma acestui lucru. În acest fel pot să înțeleg astăzi mult mai bine comportamentul tău din copilărie, fiindcă îmi explici niște lucruri pe care eu atunci nu le știam. Te rog să mă ierți, am acționat din ignoranță.« Sau poate să spună: »Prietena ta Annette a fost și ea bătută și mai târziu nu a avut nici un fel de probleme. Se pare că nu depinde atât de mult de ceea ce fac sau nu părinții. Poate că este materialul genetic.«

În cazul din urmă fiica probabil că nu va dori să continue discuția. În primul caz în schimb depinde foarte mult de modul cum a evoluat fiica în calitate de femeie adultă. Se poate ca ea să se declare mulțumită cu explicația mamei și să poată construi cu ea o relație nouă bazată pe încredere. Se poate însă și ca – din mai multe motive – fiica să nu fie capabilă să facă acest lucru și să continue să-i adreseze mamei reproșuri și să fie nevoită să-i tot explice mamei cât a suferit ea din cauza autorității acesteia. Când se impune acest lucru, mama are totuși posibilitatea să refuze acele reproșuri și de exemplu să spună: »Nu pot la vârsta mea să ascult tot timpul acuzațiile tale, fiindcă acest lucru mă rănește. Astăzi ești matură și ești responsabilă pentru propria ta viață. Nu vreau să fiu acuzată pentru tot ce faci și ce decizi tu în ziua de azi.« Această atitudine poate însă după părerea mea s-o ia numai o mamă care în copilărie nu a fost bătută la extrem și care în ciuda bătăilor ocazionale mai avea voie să facă și greșeli.

Pe de altă parte există și mame care în copilărie au fost pedepsite dur pentru *fiecare* greșeală și care astăzi se învinovătesc singure și se lasă învinovățite permanent pentru orice. Ele se comportă ca niște copii mici care vor mereu să fie cuminți ca să primească iubire și să nu fie singure. Cardiologul Dean Ornish (vezi pag. 54), care evidențiază importanța legăturilor emoționale în viața oamenilor în vârstă care suferă cu inima, demonstrează că aceia care se prăbușesc din cauza bolii au suferit de izolare, iar aceia care au putut păstra relațiile cu familia au șanse mai bune de supraviețuire. La prima vedere acest lucru pare de înțeles. Însă dacă examinez situația multor bolnavi, constat că uneori aceștia se agață de legături care le cauzează boala în mod direct. Unii reușesc să se elibereze de boală, dacă au norocul de a întâlni martori inițiați și împreună cu aceștia să-și

"dezgroape" adevărul. Următoarea poveste ilustrează faptul că acest lucru este posibil la orice vârstă. Ea mi-a fost relatată de o cititoare după moartea prietenei ei, pe care o voi numi Katja.

Katja s-a născut în nordul Franței, fiind cea mai mare din trei surori. Mama ei era foarte severă și dominantă. Sub amenințarea bății cu "martinetul"¹, ea îi pretindea fiicei supunere necondiționată și rezultate care depășeau cu mult posibilitățile vârstei acesteia. Katja trebuia evident să fie cea mai bună în clasa ei și mânca bătaie dacă venea odată acasă cu o notă care nu corespundea așteptărilor mamei ei. În ciuda rezultatelor foarte bune, Katja trăia într-o frică permanentă de reproșurile mamei ei, care suferea adesea de migrenă și alte dureri și o făcea responsabilă și pentru asta pe fiica cea mai mare. Katja încerca permanent s-o vindece pe mama ei de dureri.

În ciuda prezenței unei fete în casă, Katja avea sarcina de a se ocupa de surorile mai mici. Dacă acestea nu erau capabile să îndeplinească așteptările mamei, Katja era cea pedepsită. Povestea sună ca și basmul cu Cenușăreasa, însă am învățat în ultimii ani că există multe asemenea constelații ca în acest basm.

Cum a fost deci posibil pentru Katja să-și dezvolte o inteligență peste medie? Cum a reușit să satisfacă pretențiile mamei în așa măsură încât a putut să supraviețuiască și mai târziu nu a devenit delincventă? Cine fusese martorul salvator în viața Katjei? Tatăl? Pare improbabil. Tatăl abuzase sexual de copil, fusese un om slab și murise de cancer la plămâni când Katja avea doisprezece ani. De atunci ea fusese în totalitate pe mâna mamei imprevizibile. Cine a fost deci martorul salvator?

Multă vreme Katja nu-și putea aminti de nici un adult cu care să fi trăit altceva decât disciplinare și cruzime. Abia la cincizeci de ani s-a întâlnit cu o fostă tovarășă de joacă, fiica vecinei, care i-a spus: »Te-am iubit și te-am admirat atât de mult. O mai ții minte pe Nicole, fata voastră în casă, care te iubea și te răsfăța când mama ta era plecată? Când mama ta era acolo, Nicole se temea de ea.« Katja a constatat uimită că nu își amintea absolut deloc de acea fată în casă, și totuși trebuie că aceasta a jucat în viața Katjei un rol important, căci în ciuda maltratărilor mamei Katja devenise un om plăcut și puternic. Cineva trebuie că a ajutat-o în copilărie, a acceptat-o cu ființa ei și a plăcut-o.

În ciuda rezultatelor profesionale, viața Katjei a reprezentat o serie de insuccese. Iubea un bărbat care o înșela și s-a căsătorit cu un bărbat pe care nu-l

¹ Un "martinet" este un mâner de lemn cu fâșii de piele înguste de ca. 30 cm lungime, un fel de bici care este produs în Franța și în ziua de azi. Oficial este destinat animalelor, dar - după cum a declarat o proprietară a unei fabrici într-un interviu televizat - este cumpărat în principal de părinți ca instrument de pedepsire a copiilor. Firma face în continuare profituri frumoase.

iubea. Deși își dorise un copil, nu-și putea iubi fiul așa cum își dorea ea. Nu și-a bătut niciodată copilul, fiindcă nu voia în nici un caz să fie ca mama ei, însă nu era nici capabilă să-l protejeze pe copil de cruzimea tatălui. Relația cu copilul ei fusese de la bun început marcată de propriile ei experiențe de viață. Ea nu știa ce simte un copil, fiindcă ea însăși nu avusese voie să vadă cum suferise în copilărie din cauza mamei ei. Ea nu își cunoștea propriile sentimente și de aceea nu cunoștea nici sentimentele fiului, care era dependent de ceea ce cunoștea ea. De la bun început simțise față de copilul ei în primul rând milă și o chinuiau sentimente violente de culpabilitate față de el. Simțea cât de nefericit e copilul și se simțea neajutorată.

Astfel și-a repetat propria soartă în relația cu fiul ei. Ca și mama ei, și-a dat din răspuțeri silința să facă totul cum trebuie. Însă îi lipseau cunoștințele care se nasc din prima legătură sufletească a unui copil. Întreaga ei viață, inclusiv căsnicia și relația cu fiul ei, era marcată de muștrări de conștiință. Așa cum mama ei o făcuse responsabilă pentru tot ce era negativ în viața mamei, tatălui și surorilor ei, așa și ea s-a învinovățit o viață întreagă pentru suferința soțului și copilului ei. Soțul ei s-a priceput întotdeauna să exploateze această atitudine. El îi putea transfera ei sentimentele pe care el le scindase (*Spaltung*) în el însuși: neajutorarea, teama, neputința, și în acest fel nu mai avea nevoie să le trăiască el.

Katja era ca un burete care absorbea toate aceste sentimente, fără a-și justifica față de ea însăși faptul că nu era în puterea ei să prelucreze percepțiile și sentimentele altora. Asta poate să facă doar cel care le trăiește. Numai soțul ei ar fi avut posibilitatea de a-și înțelege și surmona emoțiile. Însă ea nu s-a opus acestei delegări, a luat-o ca pe ceva de la sine înțeles, deoarece din punct de vedere emoțional ea rămăsese copilul mic care se simțea responsabil pentru suferința părinților lui. Multă vreme nu a vrut să vadă că se căsătorise cu un bărbat care semăna foarte mult cu mama ei: fără cel mai mic interes către autorefecție și în fond inexistent într-o relație. Timp de peste douăzeci de ani a sperat să poată schimba ceva prin bunătate și înțelegere, însă cu cât ea era mai amabilă cu el, cu atât el devenea mai agresiv, fiindcă o invidia și pentru că ea era mai conciliantă. Toate astea ea le-a aflat mult mai târziu. După douăzeci și cinci de ani în care tot încercase să câștige dragostea bărbatului, a început să aibă sângerări puternice, i-a fost extirpat uterul și într-un final a apelat la ajutor psihoterapeutic.

Nici acolo nu a observat imediat faptul că pentru ea, ca femeie adultă, existau soluții, că ar fi putut să se despartă de soțul ei. În loc să se despartă, ea a

încercat să trăiască cu el fără a-i provoca izbucnirile de furie. S-a dus la o psihanalistă întrebând-o cum trebuie să se poarte pentru a trăi cu soțul ei în liniște, fiindcă în permanență ea îl face să turbeze de furie. În mod evident ceva la ea nu este în ordine. Psihanalista i-a răspuns că nu o poate ajuta să devină așa cum își dorește ea pentru a-i schimba dispoziția soțului și a-l face mai pașnic. I-a spus că o poate ajuta să fie ceea ce este ea și să găsească curajul pentru a trăi cu adevărul.

Katja s-a simțit înțeleasă, însă în același timp s-a temut să se despartă de soțul ei. Sentimentele de vinovăție au împiedicat-o să se elibereze.

De ce oare terapeuta nu a putut s-o facă să înțeleagă că purtarea soțului ei își avea rădăcinile în propria lui copilărie și în ura lui față de propria lui mamă? Ca adultă Katja ar fi înțeles acest lucru, dar în ea încă trăia copilul căruia i se punea mereu în cărcă vinovăția pentru capriciile și insuccesele celor din jur. Iar acum era aproape incapabilă să profite de șansa primită. Voia să se despartă de soțul ei pentru a-și salva viața, deoarece corpul ei îi semnaliza limpede această necesitate. Totuși nu era capabilă să facă acest pas. Copilul din ea simțea o frică vecină cu panica, pe care soțul ei, care amenința că se va sinucide dacă ea îl părăsește sau dacă vorbește de divorț, o accentua. Însă mulțumită ajutorului hotărât al terapeutei, despărțirea tot a avut loc.

Acum Katja trăia singură, răsuflase ușurată, își găsise noi prieteni, o meserie nouă, care îi făcea plăcere. Pe planul adult scăpase din mizerie, dar umbrele copilăriei au ajuns-o din urmă în relația cu fiul ei. Fiul suferea din cauza divorțului, însă ca și tatăl său nu putea să-și arate adevăratele sentimente. Întrucât era un copil pe care tatăl îl bătuse și îl umilise și mama nu-l înțelesese de la bun început, devenise un om foarte neîncrezător. Nu putea să creadă că cineva îl plăcea cu adevărat pe el, așa cum era el, voia mereu să fie mai mare și mai puternic decât ceilalți. Tatăl copilăriei lui fusese în ochii lui un judecător neîndurător și el preluase acum acest rol față de mama lui, învinovățind-o pentru tot ceea ce nu reușise el în viață. Katja era perfectă pentru asta, doar fusese programată pentru rolul de țap ispășitor.

Multă vreme ea a sperat că într-o bună zi va putea discuta deschis cu fiul ei, că va auzi de la el de ce a suferit, că-l va înțelege, că își va putea exprima și ea propriile sentimente și vor găsi o bază comună. Această speranță a trăit în ea timp de decenii fără a putea fi distrusă, deși faptele arătau clar că era imposibil de realizat. Fiul ei refuza orice discuție, fără a oferi un motiv anume. Ea încerca să-i înțeleagă atitudinea, nu putea să înceteze a încerca să-i câștige bunăvoința,

ignora cu asiduitate suferințele pe care i le cauza respingerea lui permanentă și își explica distanța lui emoțională prin faptul că ea în copilăria lui nu-i oferise iubirea necondiționată de care el ar fi avut atâta nevoie. Astfel, ea simțea permanent compasiune față de el, însă concomitent își pierdea accesul la propriile ei sentimente. Uneori plângea amar când nu mai putea să ignore ura pe care credea că o simte din partea lui. Neajutorarea o împingea spre iluzii, însă durerea o confrunta cu adevărul. Odată și-a întrebat fiul: »De fapt de ce mă urăști?« El a reacționat scandalizat, afirmând că ea îl confundă cu tatăl lui și nu îl vede așa cum este el cu adevărat. Katja a considerat acest lucru ca fiind probabil și și-a reproșat că proiectează asupra fiului ei experiențele vechi avute cu soțul ei. Nu a îndrăznit să recunoască față de ea însăși că într-adevăr nu știa cum era fiul ei. Ea a continuat astfel să-și nege propriile sentimente și să se agațe de iluzii.

Așa cum învățase în copilărie la mama ei, și Katja cea adultă se forța zilnic să creadă ceea ce i se spunea și să nu vadă ceea ce vedea. Suferea enorm din cauza acestei constrângeri, însă nu se putea elibera de ea și căuta disperată o soluție tot fără a realiza originea problemelor în relația ei cu propria ei mamă. Era de părere că poate accepta faptul că fiul ei nu dorește o comunicare profundă cu ea. Însă prin asta se înșela pe ea însăși. Dorința ei de a fi înțeleasă era mai puternică decât voința.

Corpul ei a reușit s-o trezească la realitate cu ajutorul unei noi boli grave. Abia atunci i-a devenit clar că prin atitudinea ei supusă față de fiul ei se distrugea singură. Ca și cu douăzeci și cinci de ani în urmă a fost nevoită să realizeze că toate încercările ei de a-și înțelege fiul erau în van, atâta vreme cât el nu voia să se deschidă față de ea; a realizat că și dorința ei de a înțelege cu empatie reproșurile lui era de nerealizat atâta timp cât el nu-i oferea pic de încredere. Iar el nu se putea deschide, deoarece nu-și putuse dezvolta această încredere în primii ani de viață.

Dorința veșnic neîmplinită a Katjei de a avea o comunicare sufletească și spirituală cu părinții ei, cu surorile și colegile de școală, supraviețuise atâta timp sub forma iluziilor și era acum atât de puternic direcționată asupra fiului ei, încât ea nu era capabilă să vadă cât de vehement respingea el dorința ei, cât se temea el, și poate pe drept, de această dorință. Ea nu reușea nici să-i respecte lui cea teamă. Ea voia neapărat să-și ispășească vinovăția ca mamă. Dacă nu se putea altfel, atunci măcar prin suferință.

Cu ce era vinovată? Prin faptul că, în calitatea ei de mamă, nu-și putuse ajuta fiul așa cum el ar fi avut nevoie, că se lăsase intimidată de personalul

clinicii de maternitate, că uneori își lăsase copilul în grija altora fiindcă fusese de părere că aceștia îl înțeleg mai bine? Prietenii ei erau de părere că este de înțeles să nu fii capabil să dăruiești ceva ce tu însăși nu ai primit niciodată. Oare ea era atât de perfecționistă încât să nu-și poată ierta greșelile nici după cincizeci de ani? Da, așa se părea. Dar de ce devenise atât de perfecționistă, de ce nu-și putea ierta greșelile? Ar fi depins de ea să pună capăt acestui joc. De ce nu reușea?

Pentru a-și putea pune asemenea întrebări la modul cel mai serios, trebuia să se confrunte cu copilăria ei timpurie, atunci când mama ei o silise prin bătaie să fie cuminte, să se rușineze pentru orice greșală și să se simtă vinovată. Lecțiile învățate devreme rămăseseră efective o viață întreagă. Predispoziția Katjei spre sentimente de culpabilitate era aproape infinită.

În lucrările multor pedagogi părinții sunt sfătuiți să-și educe copiii spre supunere cu avertismente corporale încă din primele zile; aceste măsuri sunt după părerea lor cu atât mai efective, cu cât sunt aplicate mai devreme. Viața Katjei confirmă pe deplin această afirmație.

Katja fusese capabilă să-și dezvolte creativitatea și să aibă relații cu oamenii. În profesia ei de consilieră profesională putea și să-i ajute pe alți oameni. Totuși o viață întreagă nu a fost capabilă să scape de sentimentele de vinovăție pe care mama ei le sădise atât de devreme în sufletul ei. Semințele au crescut, devenind plante uriașe, care-i blocau Katjei vederea spre faptele evidente.

Să renunți la o asemenea atitudine la peste șaptezeci de ani este o încercare foarte dificilă. Totuși, nu este ceva imposibil. În final Katja a reușit să tragă concluziile din ceea ce realizase și să renunțe la iluzii. După aceea au urmat o luptă interioară neîntreruptă și un travaliu afectiv dureros, însă corpul ei i-a arătat clar că acest travaliu, care reprezenta salvarea ei, ar fi trebuit demult să aibă loc.

Katja se lăsase de-a lungul întregii vieți condusă de directive binecunoscute. Acceptase reguli care îi determinaseră comportamentul. În primul rând acestea fuseseră porunci ale bisericii catolice, cu care crescuse. Acum trebuia să pună sub semnul întrebării morala părinților ei. A frecventat biblioteci și a cercetat lucrări ale acelor teologi care se opuneau clar bătăii, umilirii, desconsiderării și manipulării copiilor. Cu excepția lui Johannes Amos Comenius, care era protestant, nu a găsit nici un teolog care să-și fi exprimat o asemenea opinie. Suferința copiilor nu era înregistrată nicăieri. Iar în literatura psihologică, pe care începuse s-o citească tot mai mult, se accentua ideea că numai cu

sentimente și gânduri pozitive ne putem însănătoși, fiindcă emoțiile negative precum furia și mânia ar otrăvi corpul.

Toate acestea nu i-au ajutat însă și nici nu aveau cum să-i ajute. Este adevărat că sentimente precum furia și ura pot afecta foarte puternic corpul, însă atâta vreme cât cauzele acestor sentimente rămân în beznă sau sunt ignorate, nu există nici o modalitate de a scăpa de ele. Sentimentele de ură, născute ca reacție la neajutorarea totală a fetei mici care încerca pe toate căile să comunice cu părinții și permanent se lovea de zidul respingerii, sunt absolut de înțeles. Atâta timp cât Katja insistă să considere toate reproșurile fiului ei ca fiind îndreptățite și atâta timp cât se acuza în continuare pentru lipsurile din copilăria lui, se simțea ca într-o capcană din care nu exista scăpare.

Când Katja a putut să renunțe la speranțele ei copilărești, a dispărut și ura, fiindcă ea atunci și-a acordat libertatea de a accepta în sfârșit faptele realității prezente și trecute. Nu a mai avut nevoie să se forțeze să creadă lucruri care nu aveau sens pentru ea, să preia punctul de vedere al celuilalt și să se încarce cu sentimente străine pe care să nu le poată prelucra. Nu a mai trebuit să se forțeze să ignore faptele și să nege adevărul pe care-l vedea, căci acum avea voie să aibă gândurile care se nășteau în mintea ei și avea voia să simtă sentimentele adecvate situației ei.

Aceste schimbări sunt cele care duc la surmontarea urii. *Ura există numai atâta vreme cât ne simțim ca într-o capcană, adică în situația copilului care nu are de ales, care trebuie să rămână în situația fără speranță pentru a putea supraviețui. De îndată ce adultului i se oferă o alternativă, o scăpare din capcană, ura dispare de la sine. A predica morală, iertarea și exersarea sentimentelor pozitive devine în acest caz absolut inutil.*

Mă întorc frecvent la acest punct deoarece găsesc tot mereu asemenea recomandări în literatura psihologică. Capacitatea de a trezi sentimente pozitive cu ajutorul exercițiilor de relaxare și al meditației mi se pare iluzorie. Cu toate acestea citesc tot mereu asemenea sfaturi, combinate cu asigurarea că ne vom elibera de simptome dacă ne iertăm părinții și înlocuim sentimentele negative cu unele pozitive.

Nu cunosc pe nimeni care să fi reușit acest lucru pe termen lung, însă toți autorii care nu oboresc în cărțile lor să recomande iertarea ca terapie continuă să susțină cu încăpăținare acest lucru. Dacă aceste sfaturi de acțiune ajută într-adevăr, cu atât mai bine. Pe Katja nu au ajutat-o. Povestea ei mi-a confirmat experiența făcută cu nenumărați pacienți ai mei, că sentimentele nu se lasă

manipulate pe termen lung. Sentimentele se pot retrage din conștient atunci când sunt reprimare, însă se manifestă adesea în probleme somatice, al căror conținut și intensitate sunt mascate atât de puternic, încât este mult mai dificil să te descurci cu ele decât dacă le-ai fi lăsat de la bun început să pătrundă în conștient.

Dacă ne este teamă de ceva și noi vrem să ne distragem atenția cu o masă bună, e foarte posibil ca organismul nostru să nu digere hrana consumată. Atunci mâncarea nu este nici o plăcere, ci este percepută ca un balast de care corpul se eliberează, spre exemplu sub forma diareii sau a vomitării. Teama inițială nu este eliminată prin aceasta, motivele ei sunt, dimpotrivă, camuflate și mai mult. În funcție de starea fiecăruia, acest proces poate lăsa urme somatice ușoare sau grave.

Când Katja s-a îmbolnăvit grav, s-a trezit în ea rebela și atunci și-a putut spune: până și cel mai mare criminal are voie să înceteze a se acuza când și-a ispășit nelegiuirile. Iar ea nu era vreun criminal periculos, ea era o mamă ca multe altele pe vremea aceea, care nu învățase cum să primească un nou-născut în viața ei și care nu putuse stoca în corpul ei nici un fel de mesaje pozitive de la propria ei mamă.

Și-a cerut iertare de la fiul ei de mai multe ori pentru eșecul ei, și-a regretat greșelile, iar în final a trebuit să se desprindă și de sentimentele de culpabilitate care îi otrăviseră atât viața cât și relația cu fiul ei. A trebuit în final să accepte că trecutul nu mai poate fi recuperat și că nu reușise să câștige încrederea fiului ei prin eforturi, la fel cum nici el nu reușise cu nici un chip să aibă încredere în mama lui. Era dincolo de posibilitățile lui să repare trecutul. Modul în care el bloca accesul mamei la sentimentele lui și refuza comunicarea era poate pentru el singura posibilitate de a-și clădi propria viață și de a nu se îmbolnăvi din cauza proiecțiilor mamei sale.

Relatarea prietenei Katjei nu cuprinde o descriere mai detaliată a fiului. Aici mă bazez pe informațiile pe care ea însăși le-a primit de la Katja și care sunt în mod evident marcate de perspectiva trăită a mamei. Deduc că el s-a putut desprinde de mama lui atunci când ea a încetat să mai caute în el un substitut al tatălui sau al mamei ei, atunci când ea s-a putut confrunța cu întreaga realitate a situației din copilăria ei.

Pe atunci nu exista nimeni care să fi înțeles disperarea ei. Surorile mai mici aveau nevoie de ea ca mamă. Mai târziu, în internat, își găsisse o colegă care o simpatiza, însă din cauza experiențelor cu mama ei Katja era atunci deja atât de

neîncrezătoare și rezervată, încât nu mai putuse valorifica acea șansă. Ca adultă își dorise apropiere, însă își alesese întotdeauna parteneri care nu-i putuseră niciodată îndeplini această dorință, parteneri care se temeau ei înșiși de apropiere. Iar acum, la fiul ei devenit adult, ea a crezut că are în sfârșit dreptul să pretindă comunicare deschisă. Se poate ca fiul ei să fi simțit deja de mic copil această atitudine plină de pretenții, fără a o putea defini, se poate ca el să fi suferit din cauza ei și în final să se fi retras în fața autorității emoționale a acestui apel. Probabil simțise că în mama lui se afla un copil plin de nevoi cu care el însă nu știa ce să facă.

Katja s-a resemnat în final cu faptul că tragismul copilăriei ei îi răpise posibilitatea de a fi o mamă mai bună. După ce a învățat să-și accepte soarta, ea s-a bucurat de sfârșitul vieții în pace, de relațiile bune cu prietenii ei, s-a împăcat cu ea însăși și fără acele țeluri pe care în sfârșit le-a putut recunoaște ca irealizabile.

Prezentarea mea făcută poveștii ei se bazează pe fapte relatate de prietena Katjei, care arată cum un om adult, prin lipsurile suferite în copilărie, poate fi adus în starea să vrea să-și satisfacă cele mai profunde nevoi numai cu propriul copil.

Când Katja a înțeles datorită terapiei cât de mult își încărcase relația cu fiul ei din cauza umbrelor proprii ei copilării, au început să iasă la iveală amintiri tot mai clare despre mama ei și despre modul cum aceasta refuzase orice relație cu primul ei copil. Atunci a putut Katja să-și simtă propriile nevoi din copilărie și să le exprime în jurnalul ei. Prietena ei mi-a trimis după moartea Katjei un extras. Ea scrisese următoarele:

»In calitate de copil al vostru aș fi avut dreptul la iubirea și afecțiunea voastră, însă a trebuit să renunț la aceste drepturi. Acest copil nu a putut să se ducă nicăieri și să spună: Mi-e foame, dați-mi să mănânc, nu mai înțeleg nimic din lumea asta, explicați-mi voi, mi-e frică, fiți alături de mine, mă doare sufletul, consolați-mă, sunt neajutorată, ajutați-mă, mă simt folosită, luați-mi apărarea, mă destram, sunt atât de mică sub greutatea cererilor excesive, eliberați-mă de poverile astea. Am nevoie de cineva care să-mi vadă disperarea, uitați-vă la ea, uitați-vă odată la mine. Toate astea le pot înțelege abia acum, dar când eram copil nu am înregistrat cu adevărat aceste nevoi. Am încercat fără întrerupere să vă fiu pe plac cu rezultatele mele și așa am continuat să fac toată viața. Acum nu mai am nevoie să fiu pe placul nimănui, ci doar să-mi fiu credincioasă mie însămi.

Vreau să-mi înțeleg și să-mi accept soarta, ca să nu-l mai apăs pe fiul meu cu acest lucru. Și dintr-o dată există oameni care mă înțeleg. Nici nu trebuie să lupt pentru asta. Sunt acolo. Poate că au fost dintotdeauna acolo, însă eu nu eram încă liberă pentru a-i vedea.»

Prietena comentase aceste notițe:

»Am vrut să vă confrunt cu destinul Katjei fiindcă inițial crezusem că ea reprezintă o excepție și că oarecum contrazice ceea ce ați descris în cărțile Dvs. și cu care eram de acord. Nu puteam să clasific acest caz, fiindcă mi se părea că exprimă exact contrariul, o mamă care-și dădea silința și care suferea din cauza fiului adult și nu așa cum arătați Dvs. în toate celelalte cazuri, suferința copiilor din cauza părinților. Însă când am văzut însemnările de terapie ale Katjei după moartea ei, am înțeles că această tragedie mamă-fiu își are originea într-un trecut mai îndepărtat. Urmele copilăriei nefericite ale Katjei își făcuseră efectul puternic probabil înainte de nașterea fiului ei și au urmărit-o o viață întreagă. Privind lucrurile astfel, nici el nu avusese șanse prea mari să-și dezvolte propriile capacități în apropierea ei, ci avusese nevoie de o retragere emoțională față de ea. Poate sună tragic, dar a fost pentru el probabil singura posibilitate să-și salveze viața în fața așteptărilor emoționale irealizabile ale mamei lui.

Asta nu se vrea un reproș la adresa Katjei, pe care am iubit-o foarte mult și care mi-a fost un model în eforturile ei de a fi conformă cu ea însăși. Însă abia acum, după moartea ei, văd că în toate eforturile ei de a-și înțelege copilul și de a nu-l dezamăgi ea a eșuat din cauza istoriei propriiei ei copilării. Indiferent ce încerca, destinul nu i-a dat nici o șansă de a trăi sincer și pe bază de încredere cu omul cel mai apropiat, deoarece îi lipsiseră exemplele, deoarece toți oamenii din familia ei inițială nu fuseseră deschiși pentru o asemenea comunicare cum și-o dorea ea.

Mai demult credeam că așa e viața, că nimeni nu-și poate alege propriul destin. Astăzi însă cred că atunci când ne este permis să ne dezvoltăm capacitățile în mod adecvat și nu suntem forțați să urmăm permanent voința părinților, atunci nu ne căutam parteneri cu care să nu ne putem exprima în mod liber. Nu putem să evităm să realizăm că un comportament pe care cu ani în urmă îl consideram irațional ne poate apărea în ziua de azi ca o consecință logică a unor procese reale, care însă de cele mai multe ori rămân ascunse. Sunt

bucuroasă că am primit de la Katja însemnările ei și că prin aceasta am înțeles multe lucruri și în propria mea viață.»

Epilog

Frank McCourt descrie în *Cenușa mamei mele* într-un mod foarte impresionant pericolul care-l păștea pe un copil al anilor șaizeci atunci când acesta îi făcea pe adulți să se simtă nesiguri prin întrebările lui. Tot mereu a trebuit să vadă că ei înșiși nu știau răspunsurile la întrebările lui, dar nu puteau admite acest lucru. Atunci preferau să vorbească despre un mister și spuneau: »Când vei fi mare, vei înțelege, acum du-te și joacă-te«, sau răspundeau neprietenos ca în cazul lui McCourt: »Taci din gură când ai de spus ceva.«

Între timp lucrurile s-au schimbat simțitor. Dorința de a gândi independent și de a ști nu mai este azi periculoasă. Nu mai suntem singuri cu această dorință. Unui copil în ziua de azi nu i se mai poate spune »Du-te și joacă-te« când pune întrebări. Copilul are acces la informații, un copil mai mare le poate obține singur cu ajutorul computerului. Cunoașterea îi oferă o independență față de părinți care mai demult nu exista în această formă.

Când eu eram încă un copil, a trebuit să învăț să nu le mai pun întrebări oamenilor de la care așteptam numai eschivări. Mai târziu am încercat să-mi răspund singură la întrebări și așa am descoperit porunca supremă a educației noastre: »Să nu realizezi ce ți s-a făcut și ce faci tu însuți altora.« În acel moment am înțeles că această poruncă ne împiedică de milenii întregi să deosebim răul de bine, să recunoaștem ca atare suferința care ne-a fost pricinuită în copilărie și să îi scutim pe copiii noștri de aceeași suferință. De aceea am arătat în toate cărțile mele următorul lucru: cauzele și consecințele maltratării copiilor sunt identice: negarea rănilor suferite odinioară ne face să vătămăm generația următoare în exact același mod. Cu excepția cazului când ne hotărâm să permitem cunoașterea.

Chiar dacă această înțelegere nu s-a impus încă în conștiința generală, publicul va recunoaște mai devreme sau mai târziu că le facem rău fiicelor și fiilor noștri și că nu-i iubim atunci când îi batem și că nu mai avem nici un drept să delegăm răspunderea pentru acțiunile noastre asupra apostolului Pavel. *Noi înșine creăm răul pe care vrem să-l exorcizăm din copiii noștri.*

Pedeapsa naște frică, îl transpune pe copil într-o stare de stupefacție, o stare de încremenire, în care nici o reflecție calmă nu mai este posibilă fiindcă groaza inundă întregul conștient. Mulți oameni care au crescut în tradiția pedagogiei negre par să rămână o viață întreagă în această stare de stupefacție, într-o frică permanentă de noi lovituri. După cum am demonstrat prin exemplul lui Stalin, experiențe și informații noi nu au nici o influență asupra acestor temeri înregistrate foarte devreme în corp și asupra blocajelor de gândire care rezultă de aici. Loviturile primite îl pot împiedica pe omul respectiv să se maturizeze și să-și asume răspunderea pentru propriile cuvinte și fapte. De aceea el rămâne adesea toată viața într-o stare de subdezvoltare emoțională, rămâne copilul torturat, care nu este capabil nici să identifice răul, darămite să-l combată.

Ca și Frank McCourt mulți oameni spun în ziua de azi: »Copilăria mea a fost nefericită, dar au existat și momente bune și important este că am supraviețuit și pot să scriu despre asta. Așa e lumea.« Eu numesc o asemenea atitudine fatalism și sunt de părere că ne putem revolta și împotriva unor astfel de copilării și putem determina ca ele să nu mai fie posibile în viitor, sau măcar nu în asemenea dimensiuni.

Un tată șomer, care ca și tatăl lui McCourt își bea regulat ajutorul de șomaj, reprezintă o soartă fatală pentru un copil, fiindcă acel copil nu are adesea altă posibilitate decât să se consoleze cu astfel de realități. Chiar când copilul simte că nu este luat în serios cu adevărat de părinții lui și că este folosit pe post de țap ispășitor, rațiunea lui NU ESTE ÎNCĂ ÎN STARE SĂ REALIZEZE ACEST LUCRU. Chiar când corpul copilului înregistrează lipsa unei afecțiuni autentice, COPILUL NU POATE IDENTIFICA ACESTE LUCRURI. El se refugiază în mila față de părinți, iar sentimentul iubirii îl ajută să-și păstreze totuși demnitatea.

Totuși, întrucât copilul a fost nevoit odinioară să nu vadă cruzimea lipsei de răspundere și a indiferenței din partea părinților, el se află mai târziu în pericolul de a prelua orbește această atitudine și de a rămâne încremenit în ideologia fatalistă care declară răul ca fiind ceva înnăscut.

Chiar și ca adult, el păstrează perspectiva copilului neputincios care nu are de ales decât să se consoleze cu soarta lui. El nu știe că în prezent e capabil să înțeleagă cauzele răului și cu timpul le poate combate sau chiar elimina total. Nu știe că în mod paradoxal nu poate ieși din postura copilului decât atunci când nu se mai teme de pedeapsa lui Dumnezeu (adică a propriilor părinți) și când e pregătit să se informeze despre consecințele dezastruoase ale traumelor refulate din copilărie. Totuși, dacă adultul descoperă aceste lucruri, el își poate recâștiga

sensibilitatea față de suferința copilului din el și se poate elibera de orbirea emoțională.

Personalitatea lui Iisus contrazice toate principiile pedagogiei negre pe care biserica încă o recomandă: educație spre supunere și spre orbire emoțională prin pedepse. Cu mult înainte de a se naște, Iisus a primit de la părinții lui un înalt respect, dragoste și protecție, iar în această profundă experiență originară și-au avut izvorul lumea lui sufletească bogată, gândirea și etica lui. Părinții lui pământești s-au considerat servitorii lui, nu le-a trecut niciodată prin cap să-i aplice pedepse corporale. A devenit din această cauză egoist, arogant, lacom, autoritar sau vanitos? Nu, ba chiar dimpotrivă. A crescut devenind un om puternic, conștient, sensibil și înțelept, putea trăi sentimente intense fără a se simți neajutorat în fața lor; era capabil să recunoască prefăcătoria și minciunile și avea curajul să le arate cu degetul.

Cu toate acestea, din câte știu, până în ziua de astăzi nici un reprezentant al bisericii nu a văzut legătura evidentă dintre educația lui Iisus și caracterul lui. Și doar ar fi la îndemână să-i încurajeze pe credincioși să urmeze exemplul lui Iosif și al Mariei și să nu-și trateze copiii ca pe proprietatea lor, ci să-i vadă ca pe copiii lui Dumnezeu. Într-un anumit sens asta și sunt.

Imaginea lui Dumnezeu pe care o are un copil *iubit* oglindește primele lui experiențe pozitive. Dumnezeu lui va înțelege, va încuraja, va explica, va mijloci cunoaștere și va dovedi toleranță pentru greșelile copiilor. El nu va pedepsi niciodată curiozitatea copiilor, nu le va sugruma creativitatea, nu-i va duce în ispită, nu le va da porunci de neînțeles și nu le va inspira frică.

Iisus, care a avut un asemenea tată pământesc în persoana lui Iosif, a predicat tocmai această etică. Însă oamenii bisericii, cărora le lipsea această experiență din copilărie, nu au putut prelua aceste valori decât ca vorbe fără conținut. Așa cum dovedesc extrem de clar cruciadele și inchiziția, mulți au acționat în conformitate cu experiențele lor din copilărie: distructiv, intolerant și rău în cel mai profund sens.

Chiar și cel care se angajează pentru bine apără adesea doar sistemul în care a crescut el, consideră încă bătăile ca fiind meritate și necesare. Faptul că în decursul istoriei aproape nici un teolog, cu excepția lui Comenius, nu s-a pronunțat împotriva snopirii în bătaie a copiilor ne arată că această metodă făcuse dintotdeauna parte din experiența copilăriei. De aceea ființa lui Iisus este atât de unică, iar mesajul lui nu a reușit în realitate nici două mii de ani mai târziu să răzbată până la biserică.

Prăpastia dintre cele două sisteme de valori opuse se va micșora cu timpul, fiindcă oamenii generațiilor viitoare vor avea mai degrabă curajul de a spune pe nume răului. În cazuri singulare acest lucru se întâmplă deja. Herta Däubler-Gmelin, ministrul justiției din Germania, a declarat în februarie 2000 la o conferință: »Vechea frază ‚Cine-și iubește copilul îl bate’ este o prostie periculoasă. Violența se învață în familie și mai târziu este transmisă mai departe. Trebuie să distrugem acest cerc vicios.«

Este evident: Cine mai este de acord astăzi cu acea frază nimicitoare a fost fără îndoială un copil al pedagogiei negre. A sosit timpul să renunțăm la principiile distructive și în mod special să nu mai avem încredere în preceptul supunerii. Nu avem nevoie de copii supuși, care mai târziu vor ucide la ordinul teroriștilor și al ideologilor cretini. Copiii respectați de mici vor merge prin viață cu urechile atente și ochii deschiși și vor putea protesta prin cuvinte și acțiuni constructive împotriva nedreptății, a prostiei și ignoranței. Iisus a făcut acest lucru deja la doisprezece ani, atunci când a fost nevoie a putut și să refuze să-și asculte părinții, iar asta fără a-i răni, așa cum dovedește scena din templu (Luca 2, 41-52).

Oricât ne-am strădui, nu putem fi ca Iisus, pentru asta ne-ar trebui o cu totul altă pre-istorie decât cea pe care o avem noi. Nici unul din noi nu a fost purtat de mama lui ca și copilul lui Dumnezeu, foarte mulți au constituit, dimpotrivă, o povară pentru părinții lor. Însă dacă vrem cu adevărat, putem învăța de la părinții lui Iisus. Ei nu au pretins ascultare și nici nu au folosit violența împotriva lui. Avem nevoie de autoritate doar atunci când ne temem de adevărul istoriei noastre și ne agățăm de autoritate când ne simțim prea slabi pentru a ne rămâne credincioși nouă înșine și adevăratelor noastre sentimente. Totuși, tocmai sinceritatea față de copiii noștri ne face puternici. *Nu avem nevoie de autoritate pentru a spune adevărul. Avem nevoie de autoritate numai pentru a răspândi minciuni și cuvinte fătarnice.*

Când instruirea cu ajutorul experților bine informați (cum ar fi de exemplu Frédérick Leboyer, Michel Odent, Bessel van der Kolk și mulți alții) va ajunge la mulți părinți și când acești părinți vor fi susținuți de către autoritățile religioase să urmeze exemplul Mariei și lui Iosif, lumea copiilor noștri va deveni cu siguranță mai pacifistă, mai sinceră și mai puțin irațională decât este în ziua de astăzi.

Porunca »Să nu cunoști diferența dintre bine și rău« a precedat cele zece porunci. Conform tradiției iudaic-creștine ea se află la originea istoriei omenirii.

Cu toate că nu este constructivă, ci distructivă. Scopul acestei cărți a fost de a demonstra această realitate. Astăzi ne aflăm între porunca veche de milenii de a nu ști și multitudinea de informații despre efectul distructiv al orbirii emoționale, al lipsei de sensibilitate pentru suferința copilului. Am putea folosi aceste informații pentru a-i cruța pe copiii noștri și pe copiii acestora de suferința inutilă și de răul cu care au crescut strămoșii noștri. După părerea mea le datorăm acest lucru generațiilor viitoare.

Știm că în ziua de azi există totuși mame și tați care se descurcă și fără pedepse și știm cât de bine se dezvoltă copiii care nu sunt nevoiți să se teamă de părinți. Acești copii vor fi imuni în fața poezilor bibliei care portretizează un tată pretins iubitor ca fiind răzbunător, contradictoriu și nedrept. Ei nu vor accepta învinovățirile acestuia și vor avea parte de bucuria de a descoperi. Cu experiența vie a iubirii autentice în copilărie, ei vor recunoaște mai clar nedreptatea genezei și vor profita de noile șanse de comunicare (cum ar fi internetul, televiziunea, călătoriile) pentru a-și răspândi cunoștințele. Prin aceasta vor trezi curiozitatea altora și le vor încuraja dorința de a ști. În era internetului, Adam și Eva sunt capabili să se elibereze singuri de vina imaginară și să devină majori.